

交换爱情

作者：[作者姓名]
出版社：[出版社名称]
ISBN：[ISBN号]

内容简介：
[内容简介文字]
[内容简介文字]
[内容简介文字]
[内容简介文字]
[内容简介文字]
[内容简介文字]





目录

Content

- [第1节：女大学生外遇恐怖症从何而来？\(1\)](#)
- [第2节：女大学生外遇恐怖症从何而来？\(2\)](#)
- [第3节：女大学生外遇恐怖症从何而来？\(3\)](#)
- [第4节：女大学生外遇恐怖症从何而来？\(4\)](#)
- [第5节：女大学生外遇恐怖症从何而来？\(5\)](#)
- [第6节：小乔的处女情结\(1\)](#)
- [第7节：小乔的处女情结\(2\)](#)
- [第8节：小乔的处女情结\(3\)](#)
- [第9节：小乔的处女情结\(4\)](#)
- [第10节：小乔的处女情结\(5\)](#)
- [第11节：永远的第三者之痛\(1\)](#)
- [第12节：永远的第三者之痛\(2\)](#)
- [第13节：永远的第三者之痛\(3\)](#)
- [第14节：永远的第三者之痛\(4\)](#)
- [第15节：永远的第三者之痛\(5\)](#)
- [第16节：最有效的疗伤是自己活得精彩\(1\)](#)
- [第17节：最有效的疗伤是自己活得精彩\(2\)](#)
- [第18节：最有效的疗伤是自己活得精彩\(3\)](#)
- [第19节：最有效的疗伤是自己活得精彩\(4\)](#)
- [第20节：最有效的疗伤是自己活得精彩\(5\)](#)
- [第21节：最有效的疗伤是自己活得精彩\(6\)](#)
- [第22节：最有效的疗伤是自己活得精彩\(7\)](#)
- [第23节：结婚前发现男友是鸡肋\(1\)](#)
- [第24节：结婚前发现男友是鸡肋\(2\)](#)
- [第25节：结婚前发现男友是鸡肋\(3\)](#)
- [第26节：结婚前发现男友是鸡肋\(4\)](#)
- [第27节：拿什么交换出轨的老公？\(1\)](#)
- [第28节：拿什么交换出轨的老公？\(2\)](#)
- [第29节：拿什么交换出轨的老公？\(3\)](#)
- [第30节：谁能将爱的游戏进行到底？\(1\)](#)

- [第31节：谁能将爱的游戏进行到底？\(2\)](#)
- [第32节：谁能将爱的游戏进行到底？\(3\)](#)
- [第33节：如何挽救我的无性婚姻？\(1\)](#)
- [第34节：如何挽救我的无性婚姻？\(2\)](#)
- [第35节：如何挽救我的无性婚姻？\(3\)](#)
- [第36节：如何挽救我的无性婚姻？\(4\)](#)
- [第37节：恋爱五年男友不想结婚怎么办？\(1\)](#)
- [第38节：恋爱五年男友不想结婚怎么办？\(2\)](#)
- [第39节：恋爱五年男友不想结婚怎么办？\(3\)](#)
- [第40节：恋爱五年男友不想结婚怎么办？\(4\)](#)
- [第41节：童年看到父母作爱的场面\(1\)](#)
- [第42节：童年看到父母作爱的场面\(2\)](#)

第1节：女大学生外遇恐怖症从何而来？(1)

一 女大学生外遇恐怖症从何而来？

在这个世界上，每个人对自己的恋人、情人或爱人都有一种潜在的独占倾向。

在大多数情况下，这种倾向表现都不超过限度，都能被对方以及周边环境所接受。

但对有些人来讲，这种独占对方的倾向十分极端。

它几乎表现为一种专横的控制欲。

有不少男人这样。

菲儿的自述表明，有的女性也这样，而且可能比男人更甚。

这种极端的控制欲从何而来？

母亲的情书·爸爸的背叛

菲儿说：我想讲个故事，真实的故事，我自己的故事。

我的爸妈在我十岁那年离了，那已经是十年前的事了，现在的我二十岁。

当时爸爸说妈妈背叛了他，还拿出一封情书之类的东西给我看，那是我自出生起看到的第一封情书。妈妈也说爸爸背叛了她，可惜她口说无凭。

爸妈就这样离婚了。不久，一个女人--爸爸的中学同学带着她的儿子来我家"玩"，一"玩"就是很多天。白天他们陪着我们两个小孩子玩，晚上，两个大人待在我的小房间里，不知道在说什么在做什么，而我和那个女人的儿子，就在厅里看电视打游戏。爸爸神秘地嘱咐我，不要对别人说这个阿姨住在我家里。

记得那些日子，我家的房门永远紧闭。

所有的窗帘都拉得严严的。

现在想来，爸爸妈妈在我十岁的时候就充分上演着一出又一出的背叛情景剧。

之后，爸爸再婚了，对象却不是这个女人。这个女人打来电话对我哭诉，小小的我不知道该说什么做什么，只握着话筒任由她在另一边不停地讲和哭。

虽然不太明白她讲的事情，但我知道，爸爸不要她了。

爸爸再婚的对象小他十岁，刚到家里来的时候，对我还好，至少表面看不出什么。可是慢慢的我发现，她喜欢在人前搬弄是非，说我早恋、写情书、思想复杂一类。

没错，在那个懵懂的年代，再加上小孩子善于模仿，爸爸当初给我看的那封情书成了我日后的教材。我还清楚地记得，我的第一封"情书"上写着"我第一喜欢你，第二喜欢小刚....."那是小孩子的纯真。

之后，她开始了疏离政策。先是不允许我坐在爸爸膝上，再是不允许我牵爸爸的手，然后是给我看一些妇女杂志，上面有一些父亲和女儿的乱伦关系什么的。

那是我最早接触的关于男女关系的书。

记得有一次，我和爸爸在我自己的小房间里打电动游戏，因为是暑假，所以玩得很晚，她突然走进来说：你们两个大半夜在房里做什么见不得人的事情？

真的，那句话彻底伤害了我。

之后，我就有意无意地避开爸爸，尽可能不再与爸爸单独相处，甚至开始逃避。

第2节：女大学生外遇恐怖症从何而来？(2)

可是我毕竟需要人来疼，需要人来爱。爸妈离婚后，我一直跟着爸爸，因为距离比较远，妈妈很少来看我。于是，初三时的我就真的开始"早恋"了。我害怕回家，每天下午放学后，爽都会陪着我骑车子到处转，直晃到吃晚饭的时间才送我回家。那是一种淡淡的温暖，彼此做过最过份的事情是牵手。高中的时候我们就分开了，当然，那种感情太不成熟。

上了高中，我更加压抑。也许是与初恋男友的分手，又到了一个新环境不大适应吧，我很是痛苦。爸爸身边的那个女人，在夺走了爸爸对我的所有关爱后，更加变本加厉了。只要爸爸出差，她就不给我做饭。爸爸回来后，她往往还恶人先告状，说什么我剪坏了她的裤子，偷用了她的化妆品之类的。

这时候，我遇见了伟。我们是同桌，日久生情。其实说白了，我一直想要寻找的是一个精神寄托。爽是这样，伟也是这样，所以一点也不奇怪。有他们相伴的日子里，我的成绩总能名列前茅。

可能是因为成绩优秀的关系吧，老师虽然知道我和伟的恋情，并没有告诉家长，这很让我感激。可就在这之后，我发现了自己的问题——心理问题。

我在感情上霸道得令人恐怖。我不允许伟和除了我以外的任何女生讲话，更别说与她们玩笑了，有时甚至连他妹妹的醋我都吃。这还不止，我的一些女生好朋友也发现了我这个毛病。我那时很爱说一句话："是我的就要完全属于我，不管是友情还是爱情；不是我的，要跟别人共享的，我压根儿不要！"

伟就这样忍受了三年。我顺利考上了心仪的大学，伟却名落孙山。

说不上什么原因，上大学之后，我与伟分手了，也许因为他不在我身边的缘故吧。尽管后来他复读后考上了同一城市的一所大学，我

们还是分手了。

再以后我遇到了现在的男友风。

历史在他身上重演。

我不允许他和女生来往。更恐怖的是，我有了一个知心女友月。我居然也不允许月和其他同学有过密的关系，只要我看到了就会生气。

曾经一度，我怀疑自己是双性恋。白天我和风在一起，晚上又和月睡在一张床上。月喜欢抱着我，因为是冬天，我身上总是冰凉。当然什么也没有发生过，没有那种"同志"的关系。但我就是一味地霸道，要求着感情的独占。

我终于知道自己病了，可不知道该怎么办。真的希望有人能帮我，不然我就会痛苦一辈子。因为我整天活在阴影中，总觉得爱我的人或我爱的人，最后都要背叛我，为了别人抛弃我。

我迷失了方向.....

极端的爱情和友情

菲儿把自己的故事写给我，我仔细读了，知道她是一个需要帮助的年轻人。后来，她又想方设法找到我，我们在一个街边公园见面。

第3节：女大学生外遇恐怖症从何而来？(3)

黄昏时分，游人不多，菲儿一身白色衣裙，背着学生用的双肩背包，远远走来显得秀气。

但走近之后，才看到她脸上有二十岁年龄不该有的风霜和焦虑。

我们坐下后，没有寒暄，菲儿用探询的目光很急切地看着我。显然，她正在为自己的遭遇痛苦，她知道自己"病"了，但不知该怎样医治。

为了让菲儿放松，我这样开头：你正在读大学，平日喜欢读哪些课外书？

菲儿说：喜欢读散文，也读小说。如果不太忙，也上上网之类。

我问：知道《灰姑娘》和《白雪公主》的故事吗？

菲儿一下笑了，露出孩子般的表情：当然知道。这是我小时候最喜欢的童话故事。灰姑娘和白雪公主都很可怜，从小失去了母亲，继母很坏很坏。

我说：这两个女孩的结局是什么？

菲儿说：结局很好啊，都找到了心目中的白马王子。

看到菲儿不再紧张，我说：这样，我们就可以进入正题了。

你的故事并没有什么不正常。几年前，我写过一本书，书名是《童话人格》，我通过一些童话故事解析了不同的人格和情结。所谓"情结"是一种心理模式，主宰着一个人的心理和行为方式。对你的分析也要从情结开始。

你很早就有了初恋，后来又有过几个男友，在这些感情经历中，你最引人注意的一点是希望独霸自己的男友，不允许男友和除你之外的任何女孩接触，即使男友与妹妹的某些亲密都会引起你的嫉妒。更进一步，你甚至不允许自己喜欢的女友和别的同性交往。这同样表现了一种霸道。

那么，我们就要研究，为什么你会以这样的方式要求恋人和朋友？

其实，你在自己的故事中已经给出了答案：因为你活在阴影中，总觉得爱你的人或你爱的人，最后都要背叛你，为了别人抛弃你。

作为保护恋情的唯一的式，自然是杜绝男友和其他女性的交往。爱情肯定是排他的，但并不是所有的女孩都像你这样极端。

这只是你对待男友的特殊方式。

你知道自己为什么会这样极端吗？

菲儿有些困惑地摇摇头。

我说：第一，这种行为方式首先是你从父母的关系中得来的。父母在你十岁那年就离婚了，原因是他们的彼此背叛。作为证据，父亲还让你亲眼看到了母亲写给别人的“情书”。

在一个十岁孩子的眼里，全社会的所有关系中，父母之间的关系应当是最紧密的，而且是最可靠和最可信赖的。你却在生命的这个阶段经历了父母的相互背叛和离异。这件事对你的打击无疑是灾难性的。

童年时得到的教训往往是印象最强烈的。

父亲离婚后，带回家一个女人。你那时还小，不可能理解是怎样一件事。只因为父亲嘱咐你不能告诉别人，使你模糊感觉这可能是一种不正当的男女关系。那种堵上门窗的交往，其暧昧的意味无疑又一次让你受到教育。

第4节：女大学生外遇恐怖症从何而来？(4)

在这个女人之后，父亲有了新的婚姻，但娶回来的是另一个女人。

前一个女人在电话中的哭诉使你知道，父亲又将她背叛了。

所以，父母婚姻的解体，父亲后来与女人们的关系，都给了你很负面的印象：男女之间是不负责任的，也是无法信赖的；爱情和婚姻是靠不住的；这个世界是充满背叛的。

这是你童年时被许多事实灌输形成的一个情结。

这种情结很自然的会使你对自己的恋情和友情缺乏安全感。就好像当一个人有安全感的时候，他对环境的防范会比较少，比如睡前把门窗关好就行了。但如果一个人安全感不够，他所住的小区里出现过凶杀案盗窃案，他就可能反复检查门窗，加装防盗装置后仍不放心。而这，是由不安全感带来的。

对人与人关系的极度不安全感，导致你在交友时采取极度的防范措施，非要把对方死死抓在手里，这和为了防盗反复锁门、封闭窗户是一样的。

这就是你对爱情和友情为什么采取极端方式的第一个原因。

用继母的手段争夺男人

在我进行分析的时候，菲儿始终微微蹙眉，在努力理解我的话。

停了一会儿，我接着说：第二，更深刻地剖析，还涉及到你和父亲和继母的关系。

作为一个女孩，从心理学来讲，她在世界上爱的第一个男人就是父亲，这被称为"恋父情结"。每个女孩都会有这种情结，只是或轻或重而已。大多数女孩成长到青春期，会把注意力转向社会，去寻找与自己同龄的男性朋友，这时，她的恋父情结会逐渐淡化。

那么，你在世界上爱的第一个男人--父亲，是被谁夺走的呢？是被继母夺走的。父母离婚后，你并没有失去父爱，但在继母来了之

后，你失去了。

如果继母是个宽容的女人，理解并且尊重你和父亲的亲密关系，你和她的矛盾不会那样尖锐。假如继母看到你和父亲半夜玩游戏，她只是温和地劝说：爸爸第二天还要上班，不能玩得太晚了，早一点睡吧。那么，你和继母的对抗也许能够得到抑制（从理论上说，这种对抗不可能完全没有）。然而，继母显然是个嫉妒心比较强的女人。此外，继母比你父亲十岁，以她的年轻，是把丈夫的女儿不自觉地当做情敌对待的。当她不再允许你与父亲牵手逛街，不再允许你坐在父亲腿上撒娇，甚至拿出妇女杂志让你看那些乱伦的报道时，无非是想警告你，你和父亲的任何亲密都是一种乱伦。

继母的做法显然太极端了，她极大地伤害了你，使你失去了自己非常珍视的父亲的亲情。

这里更大的伤害是你的失败：在与继母的争夺中，父亲没有选择你。

第5节：女大学生外遇恐怖症从何而来？(5)

这种失败对于一个女孩来说是非常强烈的刺激。

你仇恨继母。这种仇恨相信是你人生中最强烈的情感之一。

然而仇恨没办法渲泄，你并不能把继母怎样。于是，你对继母的仇恨，你想要实现的对继母的报复，只能以转化的形式表现出来。

它是在你的一次次恋爱中表现的。

在这样的情感游戏中，男友和其他女孩的任何交往都会极大地刺伤你。你不能再忍受失败，因为那样的失败太过痛苦，你只有无止境地霸占着对方的感情，才能保证其安全。

然而你并不知道，这种极端的方式正是继母曾经对你使用过而且伤害了你的方式。

你在继母对你的伤害中学会了继母的手段。在自己的爱情和友情游戏中，你不过在重复和继母争夺父亲的模式而已。

你本来应该以继母之道还治继母之身，去夺得父爱，然而你在家庭格局中过于弱小，而继母远比你强大。你不能阻止父亲与继母共同生活，父亲在这种争夺中怯懦地"背叛"了你。

你带着对父爱的深深失望将眼光转向社会，你不再与继母争夺，也放弃了对父爱亲情的向往，转而同所有的女性争夺自己所爱的男人。

走出霸占与仇恨的怪圈

说到这里，我停下来，留给菲儿思索的时间。毕竟这样的分析是需要一点时间来消化的。

菲儿一直很安静地听着，过了一会儿，她说：我第一次听到这样的分析。虽然很震惊，但可以接受。我现在的的问题是，莫非一辈子都要背负着这样的情结走下去吗？我并不想对男友那样霸道，因为我知道，时间长了任何人都很难接受。我也不会从中得到幸福。

我告诉菲儿：心理学有这样一个规律，任何情结，当你认识清楚后就会缓解，问题也随之解决了一半。现在，你安静地体会一下自己的内心，是不是感觉轻松了一些？

菲儿默默地体会着，良久一笑：真的，是感觉轻松了一些。能告诉我为什么吗？

我说：人的很多行为是被情结支配的。当我们不认识它时，它常常显得"毫无道理"地支配人们一些在他人看来非常怪异的行为。一旦隐蔽的情结被认清后，它就弱化了。这次谈话之后，建议你再找几个最信赖的朋友分析一下自己的心理，包括说说自己的委屈，做一点渲泄，会得到进一步的松弛。

然后，你要学会用新的行为模式对待朋友--信任并包容爱情和友情。你要明白，当你用霸道的行为模式对待朋友和恋人时，你很可能得不到友谊和爱情，甚至可能播种仇恨。在与朋友的关系中，你不过可悲地扮演了一个小小的继母角色，不仅伤害了男友，还可能得罪一些对你毫不构成威胁的女孩。

这对你的人生是很不合算的。

如果从今以后你能获得新的眼光，用新的行为模式生活，你会发现自己的朋友越来越多，道路也越走越宽，一直困扰着你的精神桎梏也最终能够得到解脱了。

谈话结束时天已经黑了，华灯初上，公园里游荡着消夏的游人。一对对年轻男女手牵手走过，也有年轻的夫妇牵着孩子玩耍。菲儿的目光更多地停留在那些快乐的儿童身上。她一定想起了自己的童年，想起了与父母手牵手玩耍的快乐时光。

但那毕竟已经过去，希望她早一点从童年的创伤中走出来，享受属于自己的生活和爱情。

第6节：小乔的处女情结(1)

二 小乔的处女情结

未婚年轻人关于爱情婚姻的问题有些是极为另类的。

小乔今年三十岁，早已到了谈婚论嫁的年龄。社会与家庭的压力自不待说，作为一个出身好有学历的女孩，有体面的工作和不错的收入，接下来，找到能托付终身的男友，很自然的成为一个目标。然而实际进展并不顺利，所有的交往都无果而终。

并不是小乔不讨人喜欢。

小乔自己总结：之所以无法与男孩深入交往，是处女情结作的怪。

小乔很困惑，也许"处女不处女的"真的没那么重要吧。

她问：恋爱婚嫁就要以SEX（性）做一部分吗？

和我交往的男人为何都好色？

以下是小乔的信。

柯老师：你好！

我不大看BLOG，很偶然今天看到你的BLOG，觉得你的东东相当地精辟，所以也斗胆来请教你男女之间的問題。

我是三十岁的未婚女孩，良好教育，体面工作，不错收入，各方面条件不差，在感情方面经历简单，看起来就二十五六的样子，至今处女。因为觉得认识BOYS的渠道太少，所以在同学的介绍下在交友网站登记。到现在也见过些BOYS，但是感觉他们有一夜情的嫌疑。网络的真实性实在是捉摸不透，我蛮失望的。

年初在网络认识一个在国外的CHINESE，聊了三个月，说回国想见我一面，还提出SEX的要求，因为他感觉我们的感情已经很OK了，而且他觉得做夫妻SEX和谐也是很重要的因素。他认为我三十岁了，应该打破处女情结了，这个东西要害我的。

我拒绝了。

还有一个人，也是网络先聊了一段时间，和我提出SEX。我就认为他们是冲着一夜情来的，他们却觉得自己是为了找LP的。

后来我见过一个BOY，晚饭后，在他车里坐坐，他对我就有了蛮亲密的举动。初次见面就这样，会不会对我有不大尊重的感觉呢？之后又见过一个BOY，蛮阳光也蛮直爽的。第一次见面聊得很好的样子，第二次见面喝完COFFEE，请我去他家坐坐，我想大白天的也没什么，在他家坐了一会儿，忽然对我有蛮亲密的举动了。好在他们都知道我是处女，也没对我做什么越过底线的事情。

第7节：小乔的处女情结(2)

我现在就相当迷惑了，和我见面的BOYS都觉得我的举动和外貌都蛮年轻像小孩子，他们对我的举动是我的问题吗？是我在勾引他们，还是三十多岁的男人就是那样，还是他们根本就不是以婚姻为目的？或者他们根本就觉得我不适合做他们的LP，才对我这么随便。

男人好色，这倒不是什么坏话，可是我就搞不懂他们，对我亲密是出于本能还是对我真感觉？很迷惑啊！

对于男人和婚姻，我现在是相当地弄不清状况，可是自己的压力又实在很大。所以我很想向您请教，问题在哪里。我现在对于自己的处女身份也不置可否了，难道是我太传统、太放不开吗？现在的恋爱婚嫁就要以SEX做一部分吗？

真的很希望得到你的回复

THANKS A LOT

BEST RGDS

小乔

女人也有处女情结

小乔的信写得很生动，虽然讲的是于自己很沉重的经历，但看得出，她并不乏幽默，文字也相当顺畅，是个教育背景很好的女孩。信中夹杂的BOYS、SEX、COFFEE等英文单词和LP（网络用语：老婆）这样的时尚用语，更使我看到这个女孩传统、认真的背后有些俏皮的性格。

我和小乔的谈话是这样进行的。

我说：你信中讲了自己和男孩的交往以及种种担心，这很好理解。作为一个女孩，社会这么复杂，对男人世界的适当防范并不过分；但防范过度，可能会影响你和男孩子的正常交往。

小乔说：是呀，我现在就面临这样的难题，不知到底该怎样做。

我说：你到了这个年龄，肯定不能因为过分的防范把自己封闭起来。越少交往就越不可能得到异性朋友，也就更谈不到婚姻了。

小乔说：这我知道，但现实中该怎样做呢？

我说：你的叙述中特别引起我注意的，是你多次提到自己有"处女情结"。

我们先从"处女情结"谈起吧。

首先，处女情结是一种社会型的情结，它是社会文化的产物。

封建社会的处女情结为什么特别严重？因为那是一个男权化的社会，而处女情结是应男权的要求规定的。当男人将一个女人娶回家做妻子的时候，对方是否为处女是至关重要的事情，甚至重过了人品才貌。正因为如此，作为男权附属物的女性自然会把处女情结同样当做重大的事情。不是处女，意味着婚姻不会成功和幸福。

在民间流传的故事中，一些非处女的婚姻往往一开始就面临着死刑般的惩罚与危险。

所谓处女情结，不过表现了作为丈夫的男人不仅要求占有女性的现在和将来，还要求占有女性的过去。

在这里，男人是把妻子作为财产来对待的。

这正是男权社会制造的一种文化。

第8节：小乔的处女情结(3)

按理说，女性婚前有没有性行为，与丈夫没有多少直接关系，他也不会因之受到实际利益的损害。然而处女情结是一种观念的占有。在男权社会，公开的文化也好，隐蔽的潜文化也好，大量宣扬节妇烈女的贞节观以及由此衍生出的民间文化，都在表达男性占有的权力，要求着男人占有权力的完整性和彻底性。

研究世界上的各个民族，各个历史阶段，凡是社会提出这种要求的，凡是男人有这种强烈欲望的，女性的社会地位就比较低下，其处女情结也会比较严重。

旧时代的这类说教故事很多，比如一个女人赶路时突遇大水，被陌生男人背着过了河，她觉得自己不能再嫁他人，只能做这个男人的妻子了。到这种程度，已不是处女不处女的问题了，被男人碰一下接触一下就算不得贞洁了。

虽然现在许多男人的婚姻梦想中，依然希望既占有妻子的现在和将来，同时又能占有她的过去，但这种观念肯定不像过去那样强烈了。

从这个意义上说，今天的中国已不是绝对意义的男权社会了。

男女越平等，男人就越不可能想到占有女人的现在还占有女人的过去。

相应的，女人的处女情结也会淡化。如果说现在很多女性还有这种处女情结，除了传统文化的强大惯性，还在于一部分男人至今还会计较妻子的性爱历史。

说到这里，我问：你听说过一年多前曾在上海被炒得沸沸扬扬的“富翁征婚”事件吗？

小乔说：听说过，特别反感。

我说：撇开这个事件的其他因素，仅从富翁们对应征者开出的条件看，除了年龄身高、外貌人品、文化修养以外，特别强调“没有性经

验"。这是被掩饰了的男权占有欲，说穿了就是要求对方为处女。相当多的人认为这样的条件是不可取的，也是不道德的，是对女性的歧视。

但这种征婚条件说明什么呢？说明即使在开放的大都市，今天的男人还是在乎所谓"处女"的。

所以，处女情结既是社会性的产物，也是社会性的问题。

"恐男症"的由来

听了这段分析，小乔的情绪似乎有些放松了。

她说：我身边也有不少女孩，很多都交过两个以上的男友，有的不仅发生过性关系，还一起同居过。为什么唯独我会有那么重的处女情结呢？

我笑了，说：接下来就要分析到你了。你问得好，为什么在同样的社会环境中，女性在处女情结上有轻有重呢？有的人可能完全没有处女情结，根本不在乎自己是否为处女。有的人却一直到了年龄很大都小心守护着自己的处女之身。

这说明即使在同样的文化大背景中，人和人还是不一样的。

这与每个人从小受到的文化教育和家庭影响有关。

第9节：小乔的处女情结(4)

如果一个女孩很小时候起父母就常搞婚外恋，家庭对她与异性的交往也不加以约束，女孩有机会看到黄色书籍录像等等，那么，她可能中学时代就开始早恋，甚至很早就有了性经验。

这样的女孩显然不可能有处女情结。

那么，还有另外一种情况。

我问：你听过《小红帽》的故事吗？

小乔一笑：肯定啦。

我说：讲讲看。

小乔说：小红帽是个漂亮的小姑娘，有一天，妈妈让小红帽给住在森林中的姥姥送东西，临行前千叮咛万嘱咐，千万不要和陌生人说话。小红帽高高兴兴地挎着篮子出发了。在路上，小红帽遇到了一只大灰狼。大灰狼见到小红帽十分高兴，一个劲儿地夸小红帽长得漂亮。小红帽便忘记了妈妈的嘱咐和大灰狼说起话来，结果上了当，她和姥姥都被大灰狼吃掉了。

小乔讲完，我们都笑了。

我说：《小红帽》的故事就是最典型的父母对女儿进行严格家教的故事。

一个女孩如果出身书香门第，从小家教很严，父母会告诉她，社会很凶险，见了男人要小心。这个男人可能是坏蛋，那个男人也不可靠，千万不要随便和男人谈恋爱，等等。更有些家长为了保护女孩不受侵犯，专门制造男人恐怖。我把这类现象称为"恐男情结"。

有了这样的家教，再加上个人的心理原因，比如有的女孩有洁癖，有一点强迫症倾向，或者在心理成长阶段受过某种伤害，综合在一起，就会在处女情结上非常敏感。

别让处女情结挡了爱情路

小乔说：您的意思，我是有"小红帽情结"啦。

我点头：小红帽情结并不是坏的情结。一个女孩子面对外部世界应当有适度的警惕，这也是一种自我保护。

然而，我今天要讲的却是另外一方面。

当一个男人和女人交往时产生性意味的要求，不值得大惊小怪。这在现代社会是司空见惯的现象。

男人比较早地表现出性要求，不外乎两种情况：

一种，不以婚姻为目的，只是性的冲动和欲望，那就可能是一夜情性质的。有的即使不是一夜情，他也会觉得既然两情相悦，不妨来一点感情合作也无伤大雅。

还有一种，以婚姻为目的。一个男人喜欢上了一个女人，他最终是想和对方结婚的。他同样可能在婚前提出性要求。应当看到，当前的社会婚前性行为相当普遍，用一个并不过分的说法，婚前没性行为才是少数。

你对于这样的现实要有所估计。

小乔问：那我应当怎样判断这两种情况呢？

我说：首先，你对与男性交往的担心在一定程度上是值得称道的。

一般来说，如果一个男孩真正喜欢你，并且以婚姻为目的，他不会很急切或很草率地提出性要求。如果这个男孩与你的恋爱特别郑重其事，他会对两人之间的爱情有一点尊重。

第10节：小乔的处女情结(5)

人们对于自己珍重的感情是不会随意亵渎的。

所以，如果对方真想和你走进婚姻，他恰恰会处事谨慎。

我接着说：往下回到你自己。

你谈到自己有处女情结，许多女孩都有处女情结，但不是所有的女孩都像你这样敏感，甚至相当一些女孩已经放弃了处女情结。我们已经认识到，处女情结是男权要求的结果。过重的处女情结会成为一种桎梏，是对男权的特殊要求的畏惧。如果一个女孩过于敏感，并且处女情结已成为和男孩子正常交往的障碍，有点恐怖症倾向时，那么，一定要告诉自己，哦，没有必要这么过份，应该解放自己。

这样想了，你就会放松一点。

另一方面，也不必来一个一百八十度的大转弯，全盘否定自己。

既然我们已经认识到处女情结是社会造成的，也是个人的特殊经历造成的，就不必对自己过分指责。要顺应自己的自然，对处女情结采取比较松弛温和的态度。已经有了这样的情结，让自己一下变得完全不在乎，生掰，不一定合适；但是一味地拘谨，死守着处女情结，一见到男孩就紧张，也确实没有必要了。应当这样认识：过分的处女情结是有害的，应该放弃；而适当的一点点处女情结也有好的一面，它可能使自己和男人交往时比较慎重。

至于怎样在保护自己的前提下和男孩正常交往，也是要学习的。

放松下来和男人交往。在交往的过程中，相信自己有能力做出区分。

如果这个男人只是想和你亲热一下，你不接受这种非婚姻的亲热，那么，要善于把两人的关系限制在自己能接受的范围内。毕竟这样的男人不一定是坏人。

如果对方是认真的，你们有结婚的可能，你要允许自己和对方有一个自然而然接近的过程。只要这个男孩是真心爱你的，他一定会有

耐心。

最后，虽然男性对处女情结的要求对于女性而言并不平等，也是不足取的，但在目前的社会阶段它还是个现实。很多本质不错的男人会在意妻子婚前有没有性经验。基于这一点，女孩的慎重在一定程度上或许会使自己未来的婚姻多一个选择机会。

第11节：永远的第三者之痛(1)

七 永远的第三者之痛

又一个人向我倾诉第三者之痛。

不是因为第三者插足而痛，是因为自己是第三者而痛。

这个故事引出了"婚外情五步曲"的分析。

所有的婚外情大概都要经历这样五个阶段。

幸福的兄妹成了痛苦的情人

阿霞是个良家女孩，父母都是知识分子，虽然谈不上大富大贵，但因为是独生女，从小到大享受的也是公主般的待遇。

阿霞大学毕业后到一家大公司做文秘，公司所在的城市离家不远，坐火车两个小时车程，坐汽车就更方便。阿霞很满意工作和与家的距离。既有独立空间，又可随时享受父母的关照，周末和节假日只要愿意，跳上车几个小时就到家了。

阿霞与孟林在一年多前认识，同属一家公司，因工作关系有了接触。孟林大阿霞几岁，一副精明干练的样子。原以为他还没结婚，一次公司组织看演出，阿霞见他带着妻子女儿，才知道他已经成家。但那时阿霞并不在意，两人只是很普通的同事关系。

以后见面多了，阿霞对孟林的好感也与日俱增。他工作上很拼命，待人也友善，是细心体贴的男人。一次阿霞遇到难题，好几天茶饭不香，孟林知道后毫不犹豫地施以援手，使问题顺利解决。出于感激，阿霞请他到自己租住的小屋吃顿便饭。

阿霞不是娇小姐，在家时就跟着妈妈学做家务，出来工作后，也把自己从头到脚收拾得干净利索。平时吃饭从不马虎，不像那些单身女孩，在街上买个零嘴就凑和了事。为了孟林的来访，阿霞颇动了一番心思，先把小屋重新布置一番，擦了玻璃，买了鲜花，从这天晚上就开始准备第二天的饭菜。

孟林来了，看着阿霞从厨房端出一道道可口鲜亮的饭菜，一脸的惊讶。阿霞从他的表情读出了他的内心独白：想不到这么个小丫头还能整出那么多花样，颇有点刮目相看的意思。

饭后两人又海聊了一阵，阿霞看得出孟林很喜欢她，就大着胆子说，希望孟林能当她的哥哥。孟林眼里闪过一丝犹疑，还是很高兴地答应了。

阿霞心想，有这样一个哥哥很不错。

说起阿霞的年龄，已经二十六岁，父母早就开始操心女儿的婚事。但阿霞并不着急，对未来充满自信，周围人也都说阿霞是个好女孩，既聪明能干又有女人味，根本用不着发愁。但不知为何，阿霞总碰不到自己喜欢的男人，也曾交往过一两个男友，很快就无疾而终。

接下来是阿霞最快活的一段日子，每周她都会和"哥哥"到附近餐厅吃一次午餐，说说聊聊。春去秋来，阿霞越来越期待那每周一次的聚会，虽然只短短的一两个小时，也说不了太多话，可是能看见他，能听到他的声音，阿霞很满足。

每次和"哥哥"分手后，阿霞都会在日历上画一朵小小的红花。

至此阿霞已经明白，自己不可救药地爱上了孟林。

几个月后，孟林被公司外派到西藏，一走就是半年。走之前阿霞把他请到自己的小屋，说是给"哥哥"饯行。阿霞那天做了西餐，还特意点了浪漫情调的蜡烛。晚餐后，阿霞放了自己喜欢的CD，邀"哥哥"共舞一曲。昏暗的烛光下孟林拥着阿霞，却不敢看她的眼睛。依着孟林坚实的臂膀，阿霞从未有过如此感受，千种爱恋万种不舍涌上心头，禁不住紧紧地抱住了孟林。孟林先是轻轻地拍着阿霞，抚摸她的手臂，后来吻了她。阿霞一时全身战栗，泪如雨下。孟林这时告诉阿霞，他很久以前就爱上了她，可却没有爱她的权利。

第12节：永远的第三者之痛(2)

那一晚，两人忘却了一切，完全融合在了一起。

阿霞第一次用全部身心接受一个男人。

在孟林离开的半年里，两人几乎天天互通邮件。阿霞只要想听他的声音就会打电话给他。每次逛街看到什么好东西，就买下来寄过去。过新年时，孟林的妻子女儿去西藏探亲，孟林告诉阿霞，其间不要与他联系。其实用不着嘱咐，阿霞绝不会做让他为难的事。

但事实上新年的那几天，阿霞感到无法抑制的煎熬。

她第一次尝到了嫉妒的滋味。

嫉妒孟林的妻子可以名正言顺地和他在一起。

为了这份思念，阿霞连家都不想回，整天待在自己的小屋，品味着和孟林在一起的点点滴滴。想着哪一天能给孟林做饭洗衣，帮他按摩，和他说笑，照顾他的父母，该是怎样的幸福。她觉得为心爱的人做任何事都是幸福的。

半年后孟林回来了，按照两人以前的约定，他们每周仍会抽一个中午一起出去吃饭。有可能的情况下，他也会去阿霞租住的小屋。这时的缠绵已和过去不同，孟林更体贴，但也好像有了心事。每一次相聚阿霞都觉得时间太短，只要孟林一看手表，她就开始流泪，抱着他不让他走。因为只要一走出这个小屋，孟林就又是别人的丈夫。

看到阿霞那么痛苦，孟林也很难过。他不断地责怪自己，说都是他的错，既背叛了家庭又不能给阿霞承诺。阿霞并不怪他，知道他是个好男人，不会抛弃自己的家庭。阿霞早就见过他的妻子，看上去是个贤惠女人，这样想着，越发明白自己和他没有未来。

孟林说，如果在结婚前就能遇到阿霞，他一定会选择她。阿霞知道他真的很欣赏自己，琴棋书画样样精通，是那种种"上得厅堂，下得厨房"的理想太太。

可惜造化弄人，相见恨晚。

晚上阿霞躺在床上，第一次有了如此心痛的感觉。看到孟林也痛苦，阿霞情愿一切的痛都由自己一个人来品尝。她现在真的能够体会到那种为所爱的人付出一切的感觉，她甚至觉得可以为他而死。

阿霞知道，自己在不恰当的时候爱上了一个有妻有女的男人。

看到自己每每那么难过，丧魂落魄的样子，阿霞开始变得讨厌自己。她以前一直最痛恨第三者，没想到自己有一天也深陷其中。

她和孟林的感情还应当继续吗？

如果他永远不能和阿霞结婚，她该怎么办？

当代婚外恋经典五步曲

我和阿霞的对话。

我说：首先，我很理解你一路走来情感历程，你最初并未想要涉入婚外恋，但最后恰恰深陷其中，无法自拔。现在你问，你和孟林的感情还应当继续吗？如果他永远不能和你结婚，你该怎么办？

第13节：永远的第三者之痛(3)

我想，这个问题要在我们分析之后才能回答。

首先，我们要做的是对一般婚外情的分析。

许多人在开始一段婚外恋情的时候，认为可以控制自己的感情，但他们不知道，感情往往是难以控制的。这也是许多婚外情以激情开始以悲剧结束的原因。

既然是婚外情，它针对的就必然是已婚家庭，而且有第三者介入。有些时候，发生婚外情的双方还可能各为对方家庭的第三者，这时针对的就是两个家庭。

有些婚外情是自觉寻找的，一些已婚男女因为觉得家庭没有实现感情或欲望的满足，主动猎取婚外情、一夜情之类，但更大量的婚外情事先没有寻觅的自觉意识，在不经意中发生。你的情况就是这样。

阿霞默默地点头。

我接着说：特别像你这样的未婚女孩，爱上有妇之夫，往往更是不经意的。因为按照通常的爱情规律，大多数女孩子的恋爱梦想是指向婚姻的。

阿霞勉强一笑：我以前一直最痛恨第三者，想不到自己也成了第三者。

我说：所以，你开始经历的那些过程，比如最初相识的好感，为了感激的招待，以兄妹相处的午餐聚会，都在不知不觉中累积了感情。

这是婚外情的第一个阶段，也叫"不经意的阶段"。

阿霞显然对这种分析有点好奇：婚外情还分阶段吗？

我说：这是我的分析。不经意的阶段逐渐往下走，你和对方的感情越来越深，就成了真正的婚外情。

这就是婚外情的第二阶段。对于你来说，也意味着进入了一个"道德不安的阶段"。

毕竟对方有合法的家庭，你是以第三者的身份介入，在目前的社会伦理下，情人是一种"不合法"的关系。不管你有没有明确的自觉，这时你会对自己介入的那个家庭有道德不安。当然，这种道德不安是强是弱因人而异，大多数女孩都会有这个阶段。

那么，这个道德不安的阶段如何度过呢？最终是被感情所战胜。只要恋爱双方的感情发展到这一步，道德不安迟早会被冲破。虽然不一定完全消失，但它已经不构成两人关系发展的障碍了。

阿霞点头：是，开始知道自己爱上孟林，我确实有过不安，觉得违背了自己的道德标准，也伤害了对方的妻子。

我笑了：既然是规律，一般人就难以逃脱。你自然也走过这个阶段。

那么，冲破了道德不安，婚外情又会怎样发展呢？

这就是婚外情的第三阶段，由于道德不安已被冲破，不再成为主要矛盾，作为第三者，你这时开始强烈感受的是自己在这个婚恋格局中的暧昧和不合法状态。你和对方的感情不能公开，大庭广众之下必须装作路人，见了对方的妻子儿女要躲躲藏藏，任何公开活动都要回避，而那些亲人们相聚的节庆假日，你就更没有与恋人相会的权利了。

第14节：永远的第三者之痛(4)

总之，合法恋人所拥有的权利地位你都没有。日复一日的躲躲藏藏更会使你备感屈辱。

这个阶段就是个"对屈辱敏感的阶段"。

阿霞说：本来我和他在公司里见面还能说说笑笑，每周一次的午餐也大大方方。但真的相爱了，反而处处躲着藏着，生怕引起别人猜疑。心里自然会觉得委屈。

我说：这种屈辱感有时候能挡住某些婚外情，但很多时候是挡不住的，比如你，就没有被挡住。

于是，你们的感情又进入了第四个阶段。

我管它叫"心安理得地热恋阶段"。

这个阶段的基本特点是发昏一般地热恋，道德不安和地位不合法带来的屈辱感不再成为障碍。激情对抗着各种各样的传统，双方对这种恋情有了某种程度的心安理得。

婚外情在这一阶段恰恰获得了很强的动力。人的感情规律是这样的，越是容易得到的，越容易厌倦和轻视；越不容易得到的，就越容易形成刺激。不合法的婚外情在过去成为障碍，现在反成了刺激。约会要避开对方的家庭，避开舆论的监督，避开熟人朋友，有许许多多的难度。在现实操作中，一定的难度反而给双方带来新鲜感。

这是一个充满刺激的阶段，是偷尝禁果的阶段，是深陷漩涡不可自拔的阶段，也是一个心安理得的阶段，

阿霞说：你分析得真准确。有一段时间我确实觉得又幸福又心安理得。我爱上一个男人，不管别人怎么看我。

我接着说：恋情再继续发展，就进入了第五个阶段，"向合法的家庭发出挑战"。

阿霞有些困惑：可是，我并没有对他的家庭有过任何挑战的行为。

我说：挑战有两种，一种是公开的挑战，很多女孩这时会正式提出"转正"的要求：你看，我对你这么好，咱俩这么情投意合，我不想再做地下情人，你离婚吧，把我们的爱情转化为正式的婚姻。在这种情势下，对方往往会是两种态度。一种是不能离婚，无法让婚外情人转正。也有一种可能，对方真的和妻子离婚了，有情人终成眷属。

这就是我们看到的很多婚外情故事。

但还有一种挑战是潜在的，比如你后来的做法。

你的婚外情从一开始就设立了一个前题，对方没有给过你任何允诺，他不想解体自己的家庭，这是双方交往一开始就确定的婚外情范畴。对方很理性，他爱你是真的，但他不想放弃家庭也是真的。那么，热恋到这种程度，你即使没有明确提出转正的要求，潜在会有这种想法。比如你对他妻子的嫉妒，你幻想着哪一天能给他做饭洗衣，和他说笑，照顾他的父母，等等。这种内心的渴求已经期待把这份恋情转化为婚姻了。也就是说，对方的妻子这时已经成为你的挑战对象了。

第15节：永远的第三者之痛(5)

阿霞说：那倒是。我曾经想过很多次，如果能和他结婚，哪怕给他妻子多一点经济补偿，哪怕我们相守着过最清苦的日子，我都愿意。但想来想去，知道不可能实现。

我说：明知道你提出的任何方案对方都不可能接受，那么只有两个选择，或者永远做他的地下情人，或者撤退。

阿霞说：我是一个要求婚姻的女孩，我不可能永远甘于情人的身份。

我说：那么好，这就意味着这场婚外情必须收场。因为对方不可能答应你。但怎样收场，还要自己做决定。是反复提出婚姻要求被拒绝而收场，还是主动撤退？在我看来，主动撤退比遭受拒绝会少很多屈辱。

阿霞说：道理我也明白，就是控制不住感情。明知爱他是没有结果的，但陷在其中不可自拔。

我点点头：这种情况很常见。婚外恋之所以不可自拔，在于它的不可得和难得。

这种恋情天然是有竞争对手的，而且竞争的对方是合法合理的存在，是强有力地得到社会舆论支持的存在。女孩在婚外恋的最初阶段，一般会承认对方妻子的存在，觉得自己并不想侵犯对方的家庭。然而，随着感情越陷越深，不由自主地会滋生一种与合法妻子进行争夺和挑战的倾向。这就导致婚外情特别不容易摆脱纠缠。

你表面承认这是一段没有结果的恋情，可内在又有一种不自觉的意识，希望有一个结果。

阿霞说：如果一年多前我就能听到这种分析，可能不致走到今天，遭受这么多痛苦。

我说：只要明白，现在也不晚。

作为年轻女孩，在面对不可能导致婚姻的婚外情时，一定要对事态的演变有先见之明。你可以爱一个已婚的男人，你可以成为第三者，你可以享受热恋带来的幸福感，但你一定要明白这个恋情的必然结果。如果那个结果你可以承受，你愿意永远处在地下情人的地位，愿意接受永远无法组成家庭的结果，你可以往下走，任由感情的驱使。但如果你无法承受，越往下走就越痛苦的话，不如提前收住。这可能是更好的办法。

现在，我们就可以回答你最初的问题：你和他的感情还应当继续吗？如果他永远不能和你结婚，你该怎么办？答案已经很明确，当然是离开，毫不犹豫地离开。

下决心离开就离开了，痛只是一阵子。但这段经历会增加你人生的经验，当你再遭遇同样的感情袭击时，知道它的发展曲线是什么，必然的结果是什么，你会少走很多弯路。

而这样的经验最终也能使你更好地把握幸福婚姻的机会。

第16节：最有效的疗伤是自己活得精彩(1)

十一 最有效的疗伤是自己活得精彩

为什么恶人没有恶报？

大千世界无奇不有。爱情悲剧各式各样。有些悲剧匪夷所思。

晓黎的来信让人颇为唏嘘。

柯老师：您好！

我读过您的很多文章，很喜欢您的点评。

我想向您倾诉我的个人经历。事情虽然过去一年多，但离婚这件事对我的影响却挥之不去。我也知道，宽恕在此刻也许是最好的良方，但一想起他的所作所为和我受到的伤害，我就无法平静。我想不通为什么恶人并无恶报，我的价值观也因之受到严重打击。我甚至不知道自己是不是不再适合在中国生活？

请在看了我的亲身经历后务必予以点评。另，我并不在乎你在网上刊登此文。

我和老公是1995初年结识的，至今已有十多年，我至今还记得初始的情景。当时我在一家大公司已经工作了一年，他则刚进公司。由于业务不熟，经常会向我请教，不久就对我展开了热烈追求。从未恋爱过的我很快陷入情网。虽然朋友、家人和同事都提醒过我，说此人并不可靠，但在热恋中的我哪里还听得进别人的劝导！

我们在1996年初结婚，婚后几个月还算美满，直到有一天感觉身体有些异样。去医院检查，竟然发现自己染上了性病。当时的我顿时觉得天崩地裂，原来他出差外地时，在宾馆里勾搭了妓女，不想染上了性病。我立刻提出了离婚，他却痛哭流涕地保证一定改过自新，好好珍惜我。我的心一软，也就原谅了他。接下来的日子，我顶着众人的白眼独自去医院治疗，也因此得了不孕症，好长一段时间未能生育。

1997年，我们同时技术移民去了加拿大。开始的日子非常艰辛，在就业率很低的温哥华非常不好找工作。为了维持家用，他做过果菜铺搬运工、Cashier，一天工作十二小时。我也做过Cashier、waitress。最后，朋友介绍他去了赌场做broker（发牌员），我则凭借良好的英语在downtown找了一份翻译工作。那段日子虽苦，但夫妻俩相亲相爱。当时的我一心想要个孩子，由于当地没有很有效的治疗方法，就回到了上海。整个治疗过程非常痛苦，因为手术中无法施用麻药，每次治疗过程都会痛到不省人事。这样的治疗共进行了三次，每次间隔一到两个月。

在上海恢复疗伤期间，我又攻读了TOFEL和GMAT。其间手术和学习给我的压力非常之大，但一想到未来的光明前景，就把血和泪往肚里吞。功夫不负有心人，我在完成治疗的同时，凭着自己的坚持和毅力考出了TOFEL 630、GMAT 670的好成绩。回到加拿大后，由于手术非常成功，我很快怀了孕。两人都欣喜若狂，憧憬着美好的未来。在怀孕期间，我顶着怀孕的剧烈反应，一边工作一边写论文报考美国和加拿大的大学。2001年初，终于迎来了我们的小天使，一个非常漂亮的女儿。同时又应了那句古话，添丁家兴旺。那一年我们在B股的投资疯涨，面对着连续十天的涨停板，我们都以为苦日子到头了。在孩子生下不到一个月，我就收到好几家大学的入学通知书，最后我选择了一家加拿大名校攻读MBA。女儿三个月的时候，母亲把孩子带回国内抚养，我和老公则搬去多伦多读书。由于读书的压力很大，我无暇陪他，他一直游荡着。我曾劝他也读一点东西充实自己，然而，他一方面声称自己不是读书的料，另一方面觉得可以凭股票赚的钱做点生意。于是，2002年拿到加拿大国籍的那个月，他独自回了中国。

第17节：最有效的疗伤是自己活得精彩(2)

之后是一年的分居，我留在加拿大继续学业。他刚回国的那段时间还陪陪女儿，我们每星期通一次电话。后来我从母亲处得知，他很少去看女儿了，即使去也总是来去匆匆，很疲惫的样子。他说在上海开了一家肉粥店，我以为他是生意忙，也没大在意，只在电话中关照他多注意休息。转眼到了毕业的时候。我以优异成绩拿到了多家公司的Offer。为了让家人分享这一幸福的时刻，我办了签证让丈夫、母亲和女儿来加拿大。毕业典礼后，老公只呆了两个星期，我那时并没有感到什么异样，只觉得他有点心不在焉，以为他是生意不顺。

由于丈夫表示不愿呆在加拿大，我只能放弃所有的Offer，在2003年秋天办理完加拿大的一切事务后赶回了中国。一踏进家门，我心里咯噔一下，立刻有种非常不好的感觉。我们在出国前就买了房，我曾把它布置得高雅精致，而现在的房间却透出一股俗不可耐的氛围。我知道丈夫是懒惰的人，不会花时间买那些俗气不入调的小摆件。于是提出去他的店里看一下，他推托说店里太脏，不便让我过去，说完就走了。

看着零乱不堪的家，我叹口气开始收拾。越收拾越觉得不对劲，床单上有大量的女人毛发及精液污渍。丈夫回来后，我暗示说在加拿大就听说国内的道德风气日益败坏，婚外情比比皆是，希望他有事不要瞒我。他一口否认了。当晚，由于时差和心里的疙瘩，我翻来覆去睡不着，就起身来到客厅，无意中看到他放在桌上的手机，打开后正好有一条短信进来，我至今死死记得那条短信的内容："你老婆回来了，你就急着上老婆的床了，你这个骗子。你不是说永远爱我吗？你这个骗子，骗子，骗子，骗子....."

读着短信，我顿时软瘫在地上。我过去叫醒了他。在事实面前，他不得不承认自己包养了一个刚满二十岁的南方打工妹，此人在店里做收银。我提出要见她一面，在我的坚持下，丈夫只好安排了这次见

面。对方是个妖娆的年轻女孩，穿着性感，透着一股俗气。我心平气和地和她谈，劝她退出我们的家庭。那女孩的第一句话差点没让我晕过去："我是二十一世纪新青年，对这种事很开放的，西方社会不是更开放吗？"

我真是哭笑不得，想不通三十四岁的老公怎么和这种人过了一年。

之后，由于有事未了，我在回沪的半个月后又返回加拿大。在此期间，我打电话回家，丈夫又没有了踪影。朋友们都看出我有心事，待我道出原委后，他们劝我留在加拿大。我左思右想，还是决定回国拯救我的家庭，拯救迷失的丈夫。

回到国内，我跟丈夫开诚布公的谈了好久，谈到我们在加拿大的辛酸和苦乐。谈到最后丈夫哭了，说自己瞎了眼，亏待这么好的妻子。看到丈夫的悔恨和泪水，我和他抱头痛哭，告诉他我会再给他一次机会。同时，丈夫答应给我开个股票帐户，把一半股票划进我的帐户。想不到过了十多天，丈夫又开始夜不归宿。事情的高峰为2004年初的一天，丈夫照例没有回家，半夜3点钟突然急促地敲门，丈夫回来了，带着他店里的伙计。那伙计手上包着厚厚的纱布，衣服上血迹斑斑。从伙计口中得知丈夫和那个女孩由于金钱上有纠葛，发生口角，女孩拿着摔碎的杯子要自杀。伙计是老实人，过去抢那女孩的碎杯子，想不到划伤了手，伤口很深，在医院缝了好几针。

第18节：最有效的疗伤是自己活得精彩(3)

记得我在水池边站了一晚，用小刷子把伙计衣服上的血迹刷了一遍又一遍，一直刷到天亮，现在回想起来，我刷掉的不只是小伙计衣服上的血，而且是我心中滴下的血。

第二天，我接到那个女孩的电话，她向我道了歉，说我是很好很好的妻子，她不会再打扰我了，她回老家了。当天丈夫像疯了一样，到处找那个女孩。晚上丈夫经历了 he 平生的第一个失眠夜。看着丈夫痛苦的样子，我的心越来越沉。

同时发生的另一件事让我不得不重新审视我的婚姻。我无意中发 现丈夫并未像 he 承诺的那样把股票划入我的账户，相反 he 把所有股票都转入了其父亲的账户。他还用其父亲的名义买了两辆车。当时我刚回到中国，没有任何收入。他则借口没有现金，每个月只给我几百元做家用。由于心情极差，我很快就病倒了。他借口生意忙，让我自己去医院。我一个人在医院挂号打点滴，苦不堪言。看到别人都是夫妻相伴，我欲哭无泪。由于身心疲惫，我急遽消瘦。父母洞察了这一切，苦口婆心地劝我离开这个害惨了我的男人。我当时虽然对这个婚姻已不抱太大希望，但考虑到刚满三岁的女儿，决定为了女儿忍受下来。

在处理家庭危机的时候，我也一直在积极寻找工作机会。凭着一口流利的美语和优异的成绩，我通过了一家世界五百强公司的八轮面试，拿到了年薪极高的工作。由于公司在外地，考虑到丈夫的小店因管理不善早就倒闭，他在上海也无正当职业，我请求丈夫与我一起搬到那个城市，否则就只能离婚，因为我不想夫妻再次分居。但他既不愿一起去，也不愿意离婚。我独自带着无奈去了远离上海的南方城市。有时也会回上海出差，每次回来丈夫都会塞一大堆吃饭发票让我报销。他的脸色也越来越难看，老是说一些非常刺耳的话，经常在半夜两三点时把我推醒，朝我发火。考虑到当时丈夫在美国的股票投资

失败，财产一下子缩水80%，我知道他的心情不好，也没太在意。只是对他说，钱是人赚来的，只要身体健康，什么都可以从头再来。但由于感受不到温暖，我每次回上海越来越多回到父母家和女儿呆在一起。

2005年大年初四，丈夫约我去谈一下，我还以为他认识到自己的错误，愿意从头开始，不想他提出了离婚。说几个月前认识了一个女孩，不愿再偷偷摸摸地来往。我简直不敢相信自己的耳朵，我们刚分开不到四个月他又勾搭上别人。我当时哭着求他不要离开我和孩子，他只冷冷地丢下一句话："你已没有利用价值了。"他的财迷父母也为虎作伥，所有的财产都已在他父母名下，连我们的房子都是他母亲的名字。我询问了很多律师，律师都表示即使官司打赢，我也拿不到财产。

第19节：最有效的疗伤是自己活得精彩(4)

我拒绝离婚，但他一直打电话骚扰，弄得我不能工作。他还威胁要带女儿来我公司闹。当时我凭借自身的能力，在公司业绩非常不错。我不愿因婚姻毁了事业，在他的淫威下，只能在离婚协议书上违心地签了字。

我们离婚是在2005年3月，之后我就把自己的私人衣物搬出了原来的家。在我们离婚前，他就同那个女孩同居了。除了给女儿每月一千五百元的生活费，我几乎是被他扫地出门的，连结婚戒指也没能带走。最让我不能接受的是，他每每探望女儿时，一定会带上他的新女友，逼女儿叫她阿姨。不久，他在网上又搭识了一个有钱大龄女，从网恋迅速发展同居。他身边一些好事的朋友把他的风流轶事当笑话告诉我，说那女的老爸很有钱，在上海开了一家公司，为宝贝女儿的婚事费了很多脑筋。为了不让煮熟的鸭子飞了，他让那大龄女先怀了孕，今年夏天举办了婚礼，搬进一个二百平米的大房。不久前那女人生了孩子，他也在女方父亲的公司任职。

从女儿嘴中，我知道他对女儿并不好，常骂女儿是垃圾。今年夏天，我带了女儿及母亲来我工作的城市小住，他就威胁说，只要一次见不到女儿，就不再付生活费，其流氓嘴脸暴露无遗。现在，他住着女方二百平米的大房，开着女方的宝马车，俨然一副暴发户的样子。他想不到的是，那些表面上恭维他的人背后却嘲笑他是上海新一代吃软饭的小白脸。他身边并没有一个真心的朋友。

回想起来，我对这场婚姻并无留恋，甚至庆幸自己终于离开了这个小男人。我鄙视他的所作所为，小男人终成不了大器。过去我一直以为是他运气不好，现在回想起来，所有的一切都是他的人格、品质及世界观支配的，记得他曾谈起自己的人生哲学"人生苦短，及时行乐"，他一直梦想着一步登天，迅速致富。这决定了他会选择投靠女人致富，以及把个人利益建立在对别人的伤害上。

在加拿大期间，很多文章报道中国的经济腾飞，然而，回国以后的短短岁月，我迅速领略了国人的崇洋媚外，社会风气的恶化。他本是一个市井流氓，并无真才实学，他能在短时间内骗到很多女孩上床和大款女的青睐，无非是一张加拿大的Passport和一张小白脸。

听说国内类似的事很多，是真的吗？

另一件烦难事是，我到现在都不知如何回答女儿的问题。女儿已经六岁了，开始懂事。我怎么向她解释离婚这件事？我无法违心地告诉她，爸爸还爱她！

晓黎

为什么经历了这么多背叛还愿意维持婚姻？

在许多来信中，凡涉及个人生活痛苦及隐私的内容，对方往往会在叙述的同时提出要求，不将相关内容公布出来。这封信引起我的注意，是晓黎与众不同的态度。她在开篇就特意表明，请我点评的同时，并不在乎我在网上刊登这封信。

第20节：最有效的疗伤是自己活得精彩(5)

晓黎这些年走得相当艰难。除了个人的奋斗和创业经历了许多磨练，在与丈夫的关系上也一直饱受伤害。婚后不久，因为丈夫嫖娼染上性病而累及自身。之后顶着众人的白眼治好了性病，却又由此留下后遗症成为不孕者。决意要生个孩子的晓黎忍受着治疗不孕的巨大痛苦，好不容易有了孩子，丈夫却又变心包养了根本没有什么文化素养的外省女孩。

即使如此，晓黎也不愿意放弃家庭，苦口婆心劝说丈夫回头，一次次给他悔改的机会。如果晓黎是个没有文化亦缺乏生存能力的弱女子倒也罢了，她先是作为技术移民拿到加拿大国籍，并在加拿大就读MBA时以优异成绩毕业。只为和在国内开小店的丈夫团聚，就毅然放弃国外多家公司的优厚待遇，不想回国后面面对的却是丈夫的冷遇和婚外情。

即使在处理家庭危机的过程中，晓黎还通过了一家大公司的八轮面试，拿到了年薪极高的工作。

这样一个有知识有能力识大体的女人最终却被丈夫扫地出门。

表面看来，这似乎是无法解释的事。晓黎有本事，能养活自己，也还年轻，为什么要忍受丈夫一次次的背叛，多年来甘于受屈辱受欺负的地位？

因为晓黎事先已声明，不在乎这封信在网上公布，于是，我把信拿给一位年轻的记者朋友，请她谈谈看法。

女孩仔细阅读了信，想了很久，感到很迷惑，觉得晓黎的做法不可理喻。

她首先提出一个问题：既然晓黎有这么好的条件，为什么屡次遭受丈夫的欺侮却总是被动地忍受？她完全可以过更好的生活呀。

我说：表面看来的确如此。但晓黎一直能忍受下来，一定有深刻的原因。你再想想。

女孩很认真地想，然后不太有把握地说：我看过一些心理学，书上说有人对苦难有一种需求，喜欢受虐的感觉，当然这样说有点残忍，但晓黎是不是在这过程中，也有对痛苦依赖的一面--就是享受痛苦的过程？

我摇头：不对。对一种行为要分析正确，必须特别中肯地道，不能似是而非。晓黎之所以十多年都不愿与丈夫分手，不愿抛弃那个家庭，绝对不能简单地归因于迷恋其中的痛苦。说她在某种程度上依赖和享受痛苦，这只是一个貌似深刻的评论。

女孩说：但我的确无法解释晓黎对丈夫的态度。丈夫如此对待她，她却一忍再忍，为了什么？

我说：这就涉及到对人的理解问题。在生活中，许多在别人看来无法解释的事情，许多似乎完全是不可理解甚至是不可理喻的事情，但在当事人看来，却有足够的理由。

我们在生活中看到许多夫妻，他们经常发生矛盾争吵，甚至闹到水火不相容的地步。在旁人看来，这样的夫妻根本过不到一块儿，离了就算了，何必总捆在一起维持着？但恰恰这些旁人看来很容易的事情，放到当事人身上却不一定容易。闹矛盾的夫妻之所以没有分开，一定有很多因素使他们无法分开。

第21节：最有效的疗伤是自己活得精彩(6)

分析任何家庭问题，都需要设身处地从当事人出发考虑问题。

女孩问：那我就想知道，晓黎为什么在经历了这么多背叛还愿意和丈夫维持婚姻关系？

我说：仅就晓黎信中描述的每一个过程而言，她的丈夫都是相当不堪的。任何一个自尊而有决断的女人都可能选择断然离去，更何况像晓黎这样一个有教养有能力的女人。

那么，晓黎为什么在每一个关口都没有选择离开？

第一，从对生活的理解而言，一个离异的妻子在描述失败的婚姻生活时，往往会带有某种偏激性。任何一对夫妻在这样的激烈冲突之后，对另一方种种可憎的、可厌的、可鄙的、可抛弃的一面，都会有足够的愤恨，这时，如果集中在一段文字中倾诉，就会产生十分强烈的效果。在已经公开的一些名人日记中我们看到，很多恩爱夫妻往往在产生矛盾后独自生闷气，这时日记中对对方的描述会使不知情的外人产生错觉：这样的夫妻怎么能维持下来甚至很幸福呢？他们不知道，这个在日记中非常愤怒的妻子很可能在冲突后的数小时已与丈夫言归于好。但幸福的妻子通常只在痛苦中才写日记，在享受幸福的时刻她们无暇坐下来记录心情。

晓黎写这封信的时候，正处在情绪最激烈最痛苦的状态，于是，她的文字就把这个男人最可憎的方面描绘出来了。

女孩问：既然如此可憎，晓黎为什么没有从看到他可憎的第一天就转身离去呢？

我说：这就说明，他们之间肯定还有另外一面，就是彼此接受的一面。在婚姻存在的那些年里，晓黎和丈夫肯定有着相互合作、相互依赖、相互理解、可以共同生活的一面。只不过这一面在当下的愤怒中被省略了。

第二，即使撇开这个，这个男人真的只有可憎可厌、无情无义、不珍惜妻子、出尔反尔等种种不堪回首的表现，为什么妻子还是没有在如此痛苦的过程中离婚？肯定还有很多外人不知的具体因素，而这些因素也没有在信中充分表达。

女孩说：像晓黎这样的女人，也不是自己条件不好或者说不能自食其力，再找不着男人了，何必总吊在这一棵树上？况且丈夫婚后没多久就在外面嫖娼，还给她染上性病。

我说：所以你看，丈夫即使嫖娼，并将性病传染给晓黎，她都没有选择离开。其间的过程晓黎省略了，但丈夫有忏悔和认错的表现后，她谅解了这件事，事情就算过去了。对于一个有一定基础的婚姻，事情就这样消化了。

女孩说：我觉得晓黎的气量也太大了。后来两人一起出国创业，丈夫先回国开了个小店，并且包养了一个女孩。晓黎知道了，还是选择维持婚姻。

第22节：最有效的疗伤是自己活得精彩(7)

我说：晓黎在信中已经回答了这个问题，一方面想给丈夫一个机会，另外已经有了女儿。此外你要明白，这些文字背后一定还有别的原因。虽然丈夫在外面拈花惹草，但在她眼里肯定还有可取之处。一对感情出现裂痕的夫妇没有离婚，会有很多具体因素，比如孩子，比如共同奋斗的生活经历，比如社会及亲友对这种家庭关系的认定。要推倒婚姻的成本之一就是先要把所有这些认定抛开。

在丈夫出轨之后，晓黎面对的不是简单的对一个未婚男人的选择，她要把婚姻的一切解除，把婚姻所联系的一切割掉，成本是比较高的。

刚才说过，孩子怎么办？孩子在单亲家庭的成长会不会受到影响？怎样向父母解释自己的离异？子女离异，通常父母会觉得面子不好看。这个婚姻一定也得到过许多朋友同事的羡慕与祝福，一旦解体算不算人生的一种失败？许多年轻人甚至不愿意承认自己某一次恋爱的失败呢。

所以，围绕婚姻的所有一切都在构成一个事实，不是说离就离的。

第三，心理学有一种现象，叫做路径依赖。人们对于既成事实往往会形成路径依赖。对于一种生活方式也会形成路径依赖。一旦革除，不是很容易下决心的。只有到了确确实实理由特别充分的时候，才会有决心去离婚。

还有一种推测，晓黎的丈夫大概是个善于花言巧语的人，每到危机时刻都能对妻子做出种种解释，表示忏悔，然后将矛盾掩盖下来。

这也反映出晓黎作为一个女性的性格特点，对丈夫比较宽容，这也是婚姻能够维持下来的原因之一。有的女人对丈夫的婚外情一次都不能接受。晓黎呢，丈夫嫖娼也好，搞婚外情也好，都接受了。

在很多情况下，宽容的妻子对于维持一个比较有价值的家庭是必要的。比如夫妻感情原本不错，但丈夫偶有不理智行为，妻子宽容了，双方增进了相互理解，家庭更和谐了。可是在有些时候，对有些男人，比如晓黎的丈夫这种类型，这样做就不一定合适。结果越走越远，形成很大的伤害。

女孩说：晓黎已经离婚了，但最让她难以释怀的是，为什么恶人没有恶报？作为一个轻薄的男人，晓黎的丈夫却在离婚后不久娶了富家女，住大房开宝马。晓黎实在想不通。

我说：不管晓黎怎样想不通，事实无法改变。因此，对晓黎来说，她摆脱痛苦的最好方法是改变认知。

从信中看，晓黎现在收入不错，女儿有母亲帮忙抚养，原来的丈夫每月还付给孩子一千五百元的生活费，所谓衣食温饱都不成问题。离异曾带给她许多痛苦，但她现在最大的痛苦却并不是丈夫的离异，而是丈夫离异之后现在生活得洋洋得意。这在世人眼里，无异于"占了便宜"。我想，这种现实对任何女性的自尊心都会有很大的刺激和凌辱。如果事情不是这样，晓黎的丈夫此刻流落街头，衣食无着，晓黎不会愤怒，反而可能产生某种怜悯。晓黎的愤怒和痛苦带有这样一种背景。

那么，对于晓黎来讲，当前改变认知是非常必要的。

第一，大可不必为丈夫现在的所谓荣华富贵感到不平衡，感到受刺激，感到受屈辱。应该这样想，上天公平，各人有各人的人生路。

第二，对于自己倒应该总结一下，过去对这样一个男人的认知是否正确？用如此漫长的维持和一而再再而三的宽容对待这样的婚姻，是不是有失优柔寡断？

第三，不应该继续被这团怒火消耗下去。晓黎还年轻，要重建自己的婚姻生活。既然已经因为错误的认知受到伤害，往下就不要因为错误的认知继续伤害自己。如果因为愤怒和痛苦没有把今后的生活安

排好，那才真是傻了。往下恰恰要打点好生活，包括正确选择新的婚姻。

要这样去想，一定要活得好，这样才能证明自己，也才能最终平复自己的伤口。否则伤口只会越来越大。

至于对孩子怎样解释自己的离异，很简单。孩子小的时候可以不完全告诉她真实情况，随着女儿逐渐长大，应该把真实情况告诉她。这也是孩子成长的一部分。

第23节：结婚前发现男友是鸡肋(1)

十八 结婚前发现男友是鸡肋

鸡肋男友，该不该放弃？

临结婚了才发现男友有欺骗，发现其离过婚还带有一个孩子。

但彼此已有感情。

这又该怎么办？

柯老师：您好！

想您平时应该很忙，但还是希望您能抽点时间看看我的故事，并以您睿智的思维给我一点建议。

我现在面对一份感情，特别矛盾和彷徨，不知该继续还是放弃？

我跟男友是在正规的婚介交友网站认识的。

当时他的介绍中说自己未婚，接触后也一直感觉他是单身。

但相处了大半年，无意中在他家发现了他的户口簿，才知道他离过一次婚，而且有个七岁的男孩，孩子现在跟前妻一起生活。我自然对这件事比较计较，因为从没有想过要找一个离过婚还有小孩的人。最令我生气的是，从一开始交往他就没有把真实情况告诉我，让我感觉他对我不诚实。

可是他很会为自己辩解。

他说，第一，那是他以前的事情，对现在和今后的生活都不会有多大影响，当年他还年轻，不懂得爱情和婚姻是怎么回事，很草率就结婚了。那次婚姻也是年轻所付出的代价。第二，两人在一起感情最重要，以前的事都过去了，如果我爱他就应该接受他现在的一切。第三，开始认识时我时，之所以没有讲实话，是因为担心我知道后不再愿意和他交往。他希望通过一段交往，我对他的人品、能力等其他方面有比较全面的认识和认可之后再将真实情况告诉我，这样做也不至于让我失去一个好男人或让他失去一个好女人。

第24节：结婚前发现男友是鸡肋(2)

我虽然很生气，内心也有过一番痛苦的挣扎，可他的理由还真让我无话可说。

而且相处了大半年，我对他已经产生感情了，所以尽管不高兴，还是无奈地接受了这个事实。但最近他说五一放长假要去看孩子，还说等孩子放暑假要把他接过来住些日子，我虽然能够理解他作为父亲对小孩的思念之情，可心里仍然很不舒服。我想，我们的交往刚刚开始，以后的日子还长着呢，我希望将来结婚后，老公可以全心全意地爱我和我们自己的孩子（您是不是觉得我这样想太自私了）。我想，他和前妻的孩子也许会是他一生一世的牵挂。我不知道如果跟他结婚，自己能不能坦然面对和接受这一点，也不知道该如何开口将他的实情告知我的父母。

由于这些事情，我们经常会产生一些小争执，谁也说服不了谁。

他身上也有很多优点，比如挺顾家，也挺有事业心，生活方式也大体健康。我知道他现在的心态跟我一样矛盾和彷徨。如果真分手的话，双方都会有所不舍，不仅因为已经产生感情了，还因为彼此身上都具备让对方欣赏的优点，要不也不会坚持到现在。

可如果不分手，我们就像两只刺猬一样，虽然很想彼此拥抱，可自己身上的刺一不小心就会刺到对方。

我不想为了结婚而结婚，可我真的很想能有一个知冷知热的人在异乡共同扶持。我不知道该怎么办，难道找一个彼此相爱又彼此合适的人真的这么难吗？

柯老师，您能给我一些建议吗？

莲儿

全看你能否担当

莲儿：你好！

你的信使我想到了不久前看过的一个故事。英国有一位富翁征婚，应征者如云。然而，每当他和对方深入交往之后，无论对方怎样海誓山盟地表示爱他，他总会发现其实对方在贪图他的钱财。在屡屡失意之后，他将自己装扮成穷人，在贫民区租住了一间小屋。他在这种情境下认识并且爱上了一个女人。他与她在最便宜的小饭店约会，并且带女人去看那个穷困的小屋。女人毫不嫌弃，只真心爱他，不仅给了他许多体贴和帮助，还和他一起憧憬未来的好日子。这样过了一年多，男人终于相信了这份感情，将心爱的女人带回自己的豪宅并且向她求婚。故事的结局自然像许多童话一样，两个人从此过上了幸福的日子。

严格说来，这也算一种"欺骗"，但这样的欺骗不但不会受道德的谴责，反而得到某种祝福。因为这个男人向爱人隐瞒的是通常可能俘获对方的"优势"，他期盼的仅仅是一份真情。

你的情况不同。

你是与对方相处了大半年并且付出真心之后，才发现对方隐瞒了婚史。

他不仅有过婚史，并且还有过一个孩子。

第25节：结婚前发现男友是鸡肋(3)

有过婚史并不说明什么。当下的离婚率很高，与有过婚史的人恋爱并且结婚是并不鲜见的现象。许多人离异后重组幸福的家庭，这甚至可以说是社会文明开放的现象。

然而，我却并不赞成你男友的做法。

虽然他的动机有可以理解之处，不希望曾经的婚史妨碍一个年轻女孩的接近，也不希望这段婚史成为未来幸福生活的障碍。他的理由确有一定的说服力，比如他希望通过一段交往，对方对自己的人品、能力等其他方面有比较全面的认识和认可之后再将真实情况告知，"这样做不至于让我失去一个好男人或让他失去一个好女人"。

但我仍然要说，他的作法不够妥当。

他在征婚时应当坦白自己的过去，而不应等到对方有了感情后欲罢不能。须知婚史并不是一个孤立的存在，当一个人决定和另一个人组成家庭时，他/她肯定是和一个人的历史与现存的全部社会关系结合的。

这就意味着，只要你是和一个有过婚史的男人恋爱并且结合--你就一定要明白，你是在和一个有过婚史的男人恋爱并且结合。这句话并不是同义反复。

任何人在婚姻中都不是和一个抽象的人结合，不是和一个没有历史也没有社会联系的人结合。许多男女走进婚姻后会面对着坎坎坷坷，但那是两人携手后的共同承担，不仅意味着感情，还意味着责任和义务。对于一个素昧平生的人，没有理由要求对方做这样的承担，这对不知情的另一方至少是不公平的。

再说你的男友。

即使男友没有孩子，但是他有过一段失败的婚姻，那段生活不会因离异而了无痕迹。许多时候空间的自由恰恰会将曾有的怨恨消融，

那段生活或许会留下某种怀念并逐渐升华为亲情。许多离异夫妻在分手后还时有来往，除了实际的帮助，还给彼此提供某种感情慰藉。

当你爱上一个有婚史的男人时，自然不能回避这类问题。男友和前妻某种程度的来往，如果你能够承受，你的婚姻就不会受到伤害。如果你不能够承受，就要看男友能否为了你们的感情而选择退让，比如尽可能减少与前妻的联系。

现在问题还不止于此。

你的男友不仅有过婚史，还留下一个七岁的孩子。从信中看，男友对孩子有种种做父亲的责任、义务与牵挂。不难想像，在未来对孩子的义务与牵挂中，男友不仅付出感情、精力和财力，还会因孩子的抚养与教育问题与前妻有种种接触。

所有这些因素都是你必须考虑在内的。如果你不能够很好地面对这一切，两人之间不能够完成某种磨合，未来的结合不会幸福。

这里所说的磨合，是你理解并接受男友的现状，理解他对与前妻所生孩子的感情，理解他对孩子的照料和牵挂。同时自己也能够善待这个孩子。

第26节：结婚前发现男友是鸡肋(4)

要求男友不牵挂孩子、不照顾孩子不仅是不道德的，从感情上也是做不到的。

只有你们真的做到男友的婚史及孩子不妨碍你们的现实生活，或者说不大妨碍你们的现实生活，那么，你和他的结合才是可以考虑的。

如果你觉得自己不能承担这件事，一面对就会感觉受伤害，就会和未来的丈夫发生冲突，换句话说，这件事是你无论如何也无法消化的，那么，我要告诉你，**STOP**（停止）。否则，仅仅这件事就会使你们的婚姻以失败告终。

你在信中说，希望将来结婚后老公可以全心全意地爱你和你们自己的孩子，又问，是不是觉得你这样想太自私了？

柯老师的回答是，这既是一个道德问题，还是一个实际的选择问题。

不要以为做事很道德，就一定会成就好的婚姻。

婚姻除了双方的感情，还有许多实际利益。当感情和利益发生冲突时，你要知道彼此的结合能不能长居久安，所谓的爱情能不能消化你们面对的所有冲突？

你的男友是不可能改变他对儿子的牵挂的。

不仅从道德上他不应该改变，从感情规律上也不会改变。

特别是当他获得了另一段幸福的婚姻时，他对儿子的牵挂往往还包含了内疚。

那么，现在的问题就在于你对自己的审视了。你对男友的爱达到了哪种程度，你愿意为了这份爱而改变甚至"委屈"自己吗？

仅从道德上讲，虽然婚前你对男友的孩子没有法定的义务和责任承担，但假如你对男友的爱强烈到足以使你下决心和他结婚，就一定得正确面对这件事。这里的道德是：一、允许男友怀念牵挂并且照料

他的孩子；二、自己也要善待他的孩子；三、即使自己的婚姻中又有了孩子，仍然能够善待丈夫与前妻的孩子。

这样的道德，你要确知自己能否担当。

如果你能够克服由此引发的各种矛盾和痛苦，这个婚姻是可以选择的。

在说了那么多道理之后，还有一点意思想要补充。

我前面说过，不赞成男友隐瞒婚史的做法，但男友之所以没有将真情告诉你，可能确实是怕错过机会，不一定上升为品质问题。你提到他对孩子的牵挂，还颇得到我的好感。试想，一个男人连自己亲生的孩子都不能善待，怎么能期待他善待你和未来的孩子呢？

这样说来，好象并没有明确的结论。但生活就是这样复杂，并没有一个截然的分界线。说到底，还要自己对这份感情做出清醒的思考和判断。

希望你做出使自己得到幸福的决断。

柯老师

第27节：拿什么交换出轨的老公？(1)

二十二 拿什么交换出轨的老公？

查尔斯不爱戴安娜却爱上了卡米拉。

卡米拉既不年轻也不美貌，可是查尔斯就只爱上了她。

美丽的戴安娜能想通这件事吗？

没精力爱护出轨的老公

柯老师：您好！

有个问题困扰我很久了，希望您能帮助我。

我是一个结婚八年的女人，有一个六岁的女儿，老公的事业算是比较成功的。

两年前老公有了外遇，对方是个年龄比他大的离婚女人。在我发现后，老公并没有像其他男人一样有悔改之意，我一气之下把这事告诉了他的家人。他是个性很强的人，自然很生气。家人的劝说对他非但不起作用，反而变本加厉，经常没有任何理由地夜不归宿。这种情况一直持续到现在。他说对我已经没有感情了，只是因为女儿才没有提出离婚。他很爱女儿，明白我是不可能把女儿给他的，而那个女人快四十岁了，不可能再为他生孩子了。

我知道那女人吸引他的原因是因为她非常会关心人。

而他恰恰是一个非常需要别人关心的男人。

我也想学会关心他，可是白天我要上班，回家后还要做所有的家务，要带孩子。他从来没有替我分担过什么，所以我也没有再多的精力来关心他。况且他那样对我，我心里一直有阴影，不可能像没事人一样。

从发现他有外遇的这两年，我感觉到他确实对我已经没有感情了。

他是一个很看重感情的人，曾经说过不想压抑自己的感情，没有现在的她也会有别人。

我不知道该不该继续维持这种没有感情的婚姻，毕竟我才三十岁。

希望柯老师能给我点建议，谢谢！

可可

婚姻里的高级交换

可可：你好！

我在《婚姻诊所》中讲过，爱情是理想，婚姻是现实。不管多么美好的婚姻都可能出现问題。

发现老公有外遇，这对妻子自然是极大的打击。但外遇已成事实，怎样对待问题婚姻，要有权衡和选择。既然你认识到和丈夫的关系冷淡，有一个原因是平日对他关心不够，就要想办法和他沟通。关心的方式很多，不一定是吃饭穿衣。若真的如此，岂不是所有的仆人都赛过亲人了吗？所以，精神上的相互理解和温暖可能更重要。

我在《婚姻诊所》中提出一个观点，婚姻就是交换。

婚姻没有单方面的给予，一直给予不收获，行吗？也绝不存在单方面的获取，只得到好处，没有任何付出，行吗？

婚姻确实确实是男女双方的一种交换。

它和人类世界的其他交换没有什么本质的不同。

当然，具体来讲又有它的特殊性。

一、婚姻在男女之间要交换"性"。

这是天经地义的，不要耻于承认这一点。

二、婚姻交换爱。

这里当然包括性爱，但又是比性爱宽泛得多的感情。

第28节：拿什么交换出轨的老公？(2)

在给予爱的同时也获得对方的爱，是一种实实在在的交流。

如果更深刻地补充一句，有时候得到爱是一种收获，是一种情感需要；有时候给予爱也是一种收获，是一种情感需要。有一定人生经验的人都能体会到这一点。譬如，在父母照顾子女时，子女是受益者，父母也得到快乐。夫妻之间也一样。

因此，爱的交换在婚姻中具有双重含义。

三、婚姻还是一种互助。

人与人之间经常发生互助行为。婚姻是一种长期稳定的互助模式。

这有时与爱相联系，有时又不尽然。

四、婚姻中的互助常常体现为金钱与物质。

两人在一起生活，同住一套房子，共同衣食消费，优于普通朋友在一起拼房拼车拼饭，这种贯穿金钱的结合，降低了双方独自生活的成本。

五、婚姻还互相提供最重要的人生保险。

你失业了，我还在工作。我生病时，你很健康。到了老年，彼此的照顾更为重要。

相互照顾，共担风险，这也是很多人需要家庭的一个非常实际的原因。

六、婚姻是生育子女不可或缺的条件。

男无女不能生育，女无男同样。而生育子女对于大多数人所具有的人生含义自不用说。男女之间无论是交换性，交换爱，还是彼此相助交换金钱与物质，交换保险，在生育子女中都有综合体现。

七、正因为上述这些交换，夫妻还彼此提供安全感。

你给予我安全感，我也给予你安全感。这也是一种不可或缺的交流。

八、婚姻更深层的交换，涉及到无所不及的心理支持。

有些婚姻可能已经超越物质的互助或者人生互为保险的交换层次，夫妻间提供了他人所无法提供的深入理解与心理安慰。

这是好的婚姻才会出现的"高品位交换"。

九、婚姻交换尊重。

自尊感的获得有相当一部分在家庭中实现。夫妻间的相互欣赏与尊重是幸福感的重要来源。美好的婚姻成全完整的自尊感。

十、婚姻中男女分工与能力的互补。

一个人单独生活，必须在社会中做全活儿：挣钱，应对人际关系，照顾自己，安排生活的方方面面。组成家庭后，男女优长不同，彼此有所分工。传统模式是男的本事大在外挣钱，女的贤惠主持家务。这种互补有时可能比单干更能发挥优势。

当然，男女互补和在家庭中的分工不同，有各种类型。

不同类型中，彼此的交换就有了特定内容。

总之，婚姻中存在着这十种交换。

十种交换都存在的，是十全十美的婚姻。

十种交换大多数存在的，是美好的婚姻。

有半数存在的，是正常的婚姻。

第29节：拿什么交换出轨的老公？(3)

只有少量交换的，是破裂的婚姻。

任何交换都已不存在的婚姻，是死亡的婚姻。

这就是婚姻的真相。

对于一个有一定年月的婚姻来讲，这十条交换中，最容易丧失的是两头。

很多家庭，夫妻双方只存在中间的那几条，比如金钱与物质的共享互助，生育子女互相依存之类。一头，性和爱没有了，很多家庭到了三四十岁就没有性和爱可言了，一些男人成功以后不管多么顾念家庭，该做的似乎都做了，性和爱却流失在外。

另一头，高端的心理支持、相互尊重也容易缺失。

希望你对照自己的婚姻看看这十种交换中缺失了哪些。

你提到这些年承担了过多家务，而无暇关心照料老公，这也许只是表面现象，要找找深层的原因。比如是否用忙碌掩盖了夫妻关系的冷淡？当你感觉疲惫不堪时，要懂得主动与老公沟通，找到解决问题的办法，比如让老公适当分担一些，或用小时工减轻自己的负担。

再忙再累都不是忽略对方的正当理由，很多时候，忙和累恰恰会加强彼此间的尊重和理解呢！对于为家庭付出更多的一方，另一方往往会心存感激。

你的忙和累没有交换到对方的理解和尊重，说明你不够聪明。老公也许会认为他为家庭贡献很多呢。要善于换位思考，从老公的角度看看你们的婚姻，理解一下他的感受。

此外，处理家庭问题一定不要情绪化，冷战最伤感情。

希望你成为一个聪明幸福的女人。

柯老师

第30节：谁能将爱的游戏进行到底？(1)

二十四 谁能将爱的游戏进行到底？

年轻美貌的凯琳与事业有成的丈夫几年前移民澳大利亚。

在回国旅游时，凯琳被小她几岁的年轻导游爱上，得到了期待中的爱情。

没有人想到，这个优雅的华人女性在流连于香格里拉的风光和年轻导游的恋情中时，真正纠缠不已的苦痛是丈夫不再与她同床。

我好想爱情一把

柯老师：您好！

我正面临一场选择，是非常重要的第一步人生选择，实在矛盾，请您帮忙指点！

八年前，我经朋友介绍认识了现在的老公。他那时三十四岁，身高一米八四，学识渊博，举止高雅，为人大方诚实，在一家外企当总经理，收入很高。一句话，很钻石王老五！我当时想，有幸认识这样一个人，命真的很好。

我比他小十岁，名校毕业，也在外企工作。所有的人都说我们很般配，他长得帅，我也很漂亮。

从认识到结婚用了一年时间，其间的交往并不多，怎么说呢，算一种说不上恋爱的恋爱吧。那时他在地负责一个项目，只有回总部开会我们才有机会接触。当然电话联系几乎每天都有，但和面对面的接触还差了很多。可以说，我是在并不了解对方的情况下结婚的。婚礼很排场，来了很多宾客。在别人的眼里，我是令人羡慕的新娘。

婚后两年，我们移民去了澳大利亚，不久女儿出生。知道怀孕以后，为了胎儿的正常发育，我们开始分床而居，这本来也属正常。不正常的是，从那时到现在整整五年，女儿也长到四岁，我们一直维持着分居的局面，性生活几近于无，一年也就一两次。

澳大利亚地广人稀，有时开车几十公里都不见人烟，我除了家庭一无所有，孤独感时时侵袭着我。老公每天忙于工作，回家后除了谈论孩子，几乎没有别的共同语言。由于年龄的差距，我们没有共同爱好，也没有共同朋友。我屡屡感觉不适，也谈过离婚，因为孩子还小，他希望维持健全家庭。我是一个有着正常需求的女人，出于维持感情，也主动找过他，但他总推说很累很忙，我就不再努力了。

按照一般的逻辑，人们一定会猜老公在外面有了情人，其实不是。他外面有没有喜欢的女孩我不知道，也没和他谈过，但情人是一定没有的。他身体很好，没有什么毛病，我想，之所以夫妻间如此冷淡，就是彼此太熟悉了，没有感觉。

这样枯燥寂寞的五年，觉得生活好闷，若不是因为孩子，真就不想活了。可是如果只为了孩子，还要再寂寞几十年，我想想都怕。我真不甘心，也没有勇气，我会死的。

客观地说，老公除了没有性生活，对我还是不错的，对孩子也好。我也知道他很优秀。在别人眼里，我有好车好房，有可爱的女儿，有好老公，是很美满的家庭，但是我不快乐，他也跟我一样。我厌倦了这样的空虚，很想为爱情活着。毕竟有爱才会快乐，有爱才会幸福。

今年夏天我去了趟云南，想在那里放松放松散散心，还去了香格里拉和丽江。因为从来没有见过那么原始的自然景观和人们，我好向往这样的生活。也许是一种逃避也许是压力过大，我爱上了那里，也爱上了那里的一个导游，他比我小几岁，我们很谈得来。旅游结束后我回了上海，他也跟到上海看我，一待就是十几天，最后恋恋不舍地离去。

也许这就是我期待的爱情。

虽然这么多年，在我和老公争吵最激烈时也提到离婚，但如果没有这个男孩的出现，我不知道自己的婚姻哪一天会解体。他的出现推进了我离婚的步伐。这个男孩很想娶我，他的条件比我老公差得很

远，收入低且很不稳定。我如果回到国内，一时很难找到理想的工作。而如果没有稳定的收入，即使离婚，女儿的抚养权也不大可能归我。

可是我并不介意。我就是不想生活在空虚的、名存实亡的家庭里。

我向往有爱情的生活，想跟爱我的这个男孩在一起，哪怕要和女儿分开，哪怕生活很穷很苦，都算不了什么。我还年轻，可以用自己的双手重新创业。之前我还从来没有享受过深刻的爱情，也不知道刻骨铭心的滋味。我好想爱情一把。

第31节：谁能将爱的游戏进行到底？(2)

柯老师，您说我该怎么办呢？

凯琳

谁能将爱的游戏坚持到底？

凯琳：你好！

你在很年轻的时候经历了一场算不上恋爱的恋爱，然后顺理成章地嫁给了一个令人羡慕的"钻石王老五"。老公受过良好教育，气质优雅，收入颇丰，使得你不仅能移居海外，而且住好房开好车，有相当好的物质享受。然而你很郁闷，甚至至有些厌世，因为在表面上什么都不缺的生活中，唯一缺少的是爱情。

"温饱思淫欲"是一句老话，不好听，却说明了一个直白的事实。人的许多非物质需求是在温饱之后才会有的。当然，爱情与性并非全属于精神领域，至少"性"就是相当物质化的。

据你说，老公身体没有毛病，也没有在外包养情人，对你和孩子还好，只是缺少"性"趣。这种现象在中国并不罕见，许多夫妻有了孩子后，将自己的人生放弃，家庭只是一个尽义务的场所。即使这样，不少人仍然选择忍耐，如你所说，在沉闷和寂寞中走完一生。

你不甘心如此，希望生活有所改观，这种心情非常好理解。你也做过与老公的沟通与努力，但效果不大。恰在这时，你迎来了一段新鲜而刺激的爱情，你在世外桃源之地--香格里拉认识了一位年轻导游，并且很快迸发激情。

作为一个作家，我见识过一些萍水相逢的激情故事，这类故事特别容易发生在临时性的组合人群中，如一些旅游参观活动。山清水秀，花前月下，毫无牵挂的男女离开牵制自己的种种世俗（当然也包括家庭），激情的种子极易发芽。那种感情不可谓不真，也不可谓不烈，但大多数当事者不会当真，旅途结束，情分也就断了。

根据你的叙述，你遭遇的这段爱情只有短短的二三十天。而这，在柯老师眼里，充其量只能算远离"人间烟火"的梦幻。

你却由此开始彷徨，"好想爱情一把"。但爱情一把的后果却非常"物质"，不仅意味着放弃优厚的生活，也意味着丧失对女儿的抚养权--以你和男友目前的经济状况，老公会很容易得到法官的同情。而你，目前也确实没有做好抚养女儿的准备。

果真如此，你虽然实现了自己的初衷，好好爱情了一把，但作为一个母亲，对女儿的牵挂会不会使这段感情显出某种不圆满呢？

我想起鲁迅先生1923年写的一篇杂文《娜拉走后怎样》，以你的大学学历，这篇文章你应当读过。娜拉曾有一个"幸福"的家庭，"但她忽有一日觉悟了，不想再做丈夫和孩子的傀儡，于是离家出走"。

对于易卜生的这个名剧，鲁迅曾做出如下解读："娜拉走后怎样？--个英国人曾作一篇戏剧，说一个新式女子走出家庭，再也没有路走，终于堕落，进了妓院了。还有一个中国人，说他所见的《娜拉》是和现译本不同，娜拉终于回来了。这样的本子可惜没有第二人看见，除非是伊勃生（又译"易卜生"）自己寄给他的。但从事理上推想起来，娜拉或者也实在只有两条路：不是堕落，就是回来。因为如果是一匹小鸟，则笼子里固然不自由，而一出笼门，外面便又有鹰，有猫，以及别的什么东西之类；倘使已经关得麻痹了翅子，忘却了飞翔，也诚然是无路可以走。还有一条，就是饿死了，但饿死已经离开了生活，更无所谓问题，所以也不是什么路。"

第32节：谁能将爱的游戏进行到底？(3)

这样说了一通，鲁迅提到了"钱"。

他说："梦是好的；否则，钱是要紧的。钱这个字很难听，或者要被高尚的君子们所非笑，但我总觉得人们的议论是不但昨天和今天，即使饭前饭后，也往往有些差别。凡承认饭需钱买，而以说钱为卑鄙者，倘能按一按他的胃，那里面怕总还有鱼肉没有消化完，须得饿他一天之后，再来听他发议论。……所以为娜拉计，钱，--高雅的说罢，就是经济，是最要紧的了。自由固不是钱所能买到的，但能够为钱而卖掉。……假使她（娜拉）很特别，自己情愿出去做牺牲，那就又另是一回事。我们无权去劝诱人做牺牲，也无权去阻止人做牺牲。……只是这牺牲的适意是属于自己的。"

关于你的问题，鲁迅的这段文字已讲得非常透彻。以通常的道理而论，我应当鼓励你为了爱而勇敢地追求，起码我们知道恩格斯的理论"没有爱情的婚姻是不道德的婚姻"，对于不道德的婚姻当然要大胆舍弃，然而，鲁迅又说，"我们无权去劝诱人做牺牲，也无权去阻止人做牺牲"。

一旦决定了要牺牲，这牺牲的后果也须得当事者自己承担。有的人愿意为情舍弃一切，有的人愿意为了已有的一切舍弃情，全看自己看重什么。所谓"这牺牲的适意是属于自己的"。

对于你而言，当你没有得到爱情时，对爱情的渴望压倒一切。然而，一旦得到爱情并且充分享受了爱情，衣食温饱以及对女儿的思念恐怕会变成另一种更强大的诱惑。这时，"好想爱情一把"的愿望可能不堪一击。

得不到的东西最宝贵，得到的东西再好也会被忽视，这个道理看似简单，许多人却一生都弄不懂它，因而常常做出傻事。

必须说明的是，鲁迅先生的文字距今已经八十多年，这期间中国和世界有了诸多改变，如男女平等，如同工同酬，女性追求自由与幸

福已不仅仅停留在理念。

然而，一个女人抛掉曾经丰厚的物质享受，两手空空地面对爱情，仍然不是一件容易事。她所选择的另一半能否从旅游中的童话世界走出来，与一个在职场拼杀、在厨房忙碌的女人将"爱情一把"的游戏坚持到底，外人是 impossible 做出结论的。

你问该怎样选择才好，柯老师并没有现成的答案。唯一建议是，在未将一切考虑成熟之前，不要匆忙做出决定。离婚与否是重大的人生抉择，慢一拍或慢两拍也许是必要的。特别是在新的恋情激情汹涌之时，要等等看。

你现在做出的决定一定要在十年二十年后还经得住回味，在未来的一生中都不后悔。

柯老师

第33节：如何挽救我的无性婚姻？(1)

二十六 如何挽救我的无性婚姻？

无性婚姻是让不少女人苦痛而难言的婚姻。

无性的情况又有多种类型。

一位年轻女性为经营和拯救婚姻中的"性"费尽心力。

但她的经营得当吗？

为什么彼此相爱却没有"性"？

柯老师：您好！

我想向您诉说的是我的婚姻故事。

我的症结是：该如何挽救我的无性婚姻？

我和先生是在大学读书时认识的，他对我一见钟情，之后便展开猛烈的追求攻势，我们从相识相知到现在已经八年，留下了许多美好的回忆。

特别是初识时那些美妙的性爱至今还萦绕在脑海里。

目前，我俩都有相当稳定体面的工作，在上海有了自己的房子和车子，还有一些股市投资，然而，结婚两年我们却无性了！在外人眼里，我们衣着光鲜，生活富足相当小资，可谁知竟有着如此令人难堪的困惑！作为一个身心正常的妙龄少妇，顺便补充一点，我应该算得上一个长得比较出众的美少妇，有着南方女孩特有的灵秀与精致，呵呵，他当时狂追我，也是因为喜欢我的这些特质。

话归原题，我们的性生活不和谐还得从四年前说起。人们常说的"三年之痒"后，"七年之痒"前。那时，我们合资买了一套房子，准备结婚。他的父母过来来帮忙装修，有一个多月的时间四个人挤住在一个只拉着布帘的卧室里，所以那段时间我们不可能有"性"。偶尔看到他和其他女孩的暧昧短信以及搜到一张他在桑拿浴消费的六百元发票（据了解，六百元可以在桑拿浴消费"特殊服务"），再加之他是独

子，他父母在的那段时间他对我的态度有点肆无忌惮，我和他大吵了一架之后决定分手，一个人赌气去了广州。

分开的日子他一度变得消沉，工作和生活状态都跌入低谷。

不久我过生日，在他的一再要求下，我答应再见一面，于是他跑来看我，重新获得的感情使两颗曾经相爱的心又缠绕在一起了。我们安排了一次海南之行，可能是太累的缘故，许久不见后的第一次性爱竟然不成功，他举而不坚，半途而废。

回到广州又面临同样的问题，我当时哭了，问他是不是不爱我了.....

几天后我带着对他的不舍送他上了飞机，当他的背影消失后我止不住大哭一场。后又陆续借我出差到沪或他来广州见过几次，有过几次性爱，成功和不成功的次数参半。

半年后，我辞职回了上海。在收拾新房准备结婚的时候，我在床底下捡到了几个用过的避孕套。我当时特别心凉，责问了几句，他说是一个朋友带女友弄的.....我想，事到如今也只好装聋作哑相信他说的吧。事实上，我在广州期间也因为寂寞交往过一两个男友，是没有任何感情色彩的交往。心里这么想着，也就掩耳盗铃地给自己找到了心理平衡。

第34节：如何挽救我的无性婚姻？(2)

这时候，我们还有性。因为失而复得的爱情，他在梦中还紧紧抓着我的手。

我相信他是真心爱我的。只是我们的性好像越来越少，质量也越来越不高了。

接下来，一个月无性，两个月无性，三个月无性.....

逐渐地，我们似乎习惯了无性，很无奈地。

但我们还是结婚了。令人讽刺的是，新婚后半年没有性，更不用说什么洞房一夜春宵值千金。

我们就这么过着，尽管共同的努力使我们的家庭日益富足，但是夫妻间最基本的性爱却成为稀缺资源。白天，我们像模像样地像许多城市白领一样按部就班，夜晚，我们又像许多恩爱夫妻一样地同睡一张大床，只是少了一个主题：性。

到今天为止，我们已经有半年没有行夫妻之欢了，最近的一次是半年前去桂林旅游，是一次没有尽兴的性史，开头是挺的，进行到一半软下去.....

之后偶尔睡到半夜他也会有冲动，但每当我回应的时候，他又拒绝我。我曾经好几次暗示或明示他我的强烈需求，都被他拒绝了，这令我很苦恼很伤心，好长一段时间因为这个问题严重失眠。我曾怀疑我的个人魅力，作为一个职业女性，我时常得到某些男士的亲昵，或暗示或明示。前不久终于经不住诱惑或是故意安排的艳遇，我享受到了久违的激情与美妙。因为又恢复了活力，我感觉自己美丽了一个星期。带着对那次美妙体验的余温，前不久我又一次暗示先生，同样又遭受拒绝，我当时有点恼羞成怒地脱口而出："我们还是离婚吧！"他一言不发地去睡了，我失眠一晚。这种有名无实的夫妻生活使我变得有些心浮气躁起来，免不了动不动就想发火，争吵的次数也上升到三天一大吵，二天一小吵.....

我多次想和他沟通，他都避而不谈，逼急了就说我太唠叨了。

老实说我不是一个爱唠叨的人，我感觉很无奈又委屈，只好尝试着从自身出发去改变这种局面。我抑制着内心深处对性的渴望，尝试多给他一些关心，尽量不去提及有关"性"的话题，并且给他写了封信，回忆了两人过去的美好，总结了自我的不足。我想尽可能地去珍惜现在的婚姻，他确实感受到了我的努力，也试图作些改观，陪我看电影，一起改装家居，等等。可是耳目一新的家居并没有促进性生活有任何改观，"无性"简直成了我的一块心病。我拼命地找有关婚恋方面的书来看，希望能从中得到启发，一次我在网上购买了柯老师的《婚姻诊所》及曾轰动一时的《失乐园》。《失乐园》告诉我人世间还有如此伟大的性爱，书中男女主人公在性爱极乐颠峰时刻策划了一场瑰丽灿烂的死亡之旅，作为人到中年从婚姻过来的人，他们很清楚地意识到所有的激情都会随着时间的流逝而日趋平淡。读柯老师的《婚姻诊所》使我看到了婚姻其实是一场对等交换.....

第35节：如何挽救我的无性婚姻？(3)

几天来我的脑海里不停地闪现着《失》和《婚》这两本书里的一些片段，感到心情特别低落，对自己的婚姻充满了彷徨与迷茫。

昨夜又失眠了，现在接着写我那未完的心情故事。

上周六我和先生一起看一部据说很有意境的情色电影《美人》，看完电影后又给家里营造了浪漫的气氛，我在屋子里点上紫色蜡烛，准备了红酒.....先生顾左右而言他地看了一下，说太闷了，就开始玩游戏。我有点绝望地走向另一间屋子，说晚上想一个人睡。

第二天一早，他在MSN上和我聊天，说他为什么总把我当成自己的孩子，总喜欢哄我抱我亲我，就是没有性需求。我说那怎么办，难道让我忘记性？他说很爱我，就是不知道怎么搞。我说可是我对你依然有激情，每当你碰我的时候，我还是很有反应.....他回了一句，我真的很爱你，就是没有性需求了。

听他这么一说，我心里特别不是滋味，有失望有心疼.....更加迷茫了！我们现在还不满三十岁，在生命中最美好最年轻的阶段，就已经失去了夫妻生活的主题"性"，这样的婚姻还能走多远？"无性"已经成为我们的顽疾了，是否还有挽救的可能性呢？

迫切地希望柯老师能通过我的故事，在百忙中给一个对爱对婚姻充满了困惑的少妇指点迷津。以下附上我先生的背景简介：

1. 身高183CM，身体健康，热爱体育，是忠实的篮球爱好者。
2. 收入可观。
3. 有被我抓到和别的女孩子发暧昧短信，但作为妻子我的第六感觉，即使偶有出轨但没有固定情人。
4. 注重形像，对自己的发型、日常穿着特别下功夫和本钱。

柯老师您说，像这样一个男人，他说很爱我，但老把我当成自己的孩子，所以没有性需求，这样的话是发自内心吗？他真的还爱我吗？为什么无性这么久了，他从来不主动寻求解决的办法，总是采取

回避的态度？难道面对自己的妻子主动提出这个夫妻间最基本的要求时，生硬地拒绝不会觉得对她是一种伤害吗？当我提出离婚他为什么又不同意？

我该怎么办呢？

雯雯

"性"是个什么东西？

雯雯：你好！

从信中看，你很爱你的先生，如果你的观察不错，你的先生亦很爱你。两人都还不到三十岁，就已经有房有车，收入可观，应该是令人羡慕的一对。然而你却十分苦恼，觉得婚姻中丢失了最基本的要素之一：性。

在封闭的年代，"性"是难以启齿的话题。所幸现在社会已经逐渐开放，人们能够从比较人性的角度来谈论性了。那么，在一个幸福的婚姻中，性的重要性毋庸置疑。没有性，人类就无以繁衍，爱情不过是人类附丽于性的一种文化。

第36节：如何挽救我的无性婚姻？(4)

当然，性爱是婚姻的重要内容，但保持婚姻这种家庭形式与保持性爱并不完全等同。就像你的先生对你，虽然仍然有爱，但不见得以"性"的方式表达。从广义上说，即使没有"性生活"，夫妻之间仍会有泛"性"的感觉和泛"性"的关照。

在这个意义上，你和先生之间也不能全然说"无性"。

从你们的交流中看，他并不想放弃婚姻，你也不想，只是不知如何解决"性"的困扰。

首先，"性"虽然很物质，但对于人类来说，却和精神活动有着很大的关系。

我在《婚姻诊所》中反复提到，在婚姻和爱情中，人们最容易犯的错误之一就是"一厢情愿"，一厢情愿的结果往往适得其反。具体到"性"，更不可一厢情愿。

所谓"两情相悦"，是说这种行为一定是双方都有的要求，来不得一点勉强。

在人类社会中，性能力从来是男性力量的一种显示。

对于性能力的重视与要求，男性天然地高于女性。

因此，丧失性能力对于男性自身的打击往往甚于女方。

许多男性在"性"方面的不成功首先还不是生理原因，心理和精神的因素占很大成分。在性爱活动中，男性的成功往往会使他备感振奋，增加信心；但男性在这方面也很脆弱，特别畏惧失败，尤其担心不能满足所爱的女人。假如真像你所说的，你的先生身体健康，并没有器质性的疾病，那么，他在"性"方面的失败只能从心理上找原因，从你们的夫妻关系上找原因。

一个男人在"性"方面有过失败的记录，会留下精神创伤。

而越是怕失败，就越会恐惧和焦虑。

许多人宁肯放弃也不愿再面对失败。

特别是一个妻子有强烈的性要求，曾经的失败会使丈夫备感压力。在这种情况下，女性的一切沟通和营造气氛的努力不会有任何良性的效果，因为其目标指向过于明确。仅仅让他感觉到你的要求和焦虑，对他而言就是很大的消耗。

这里你也要换位思考。

作为当事人，由于性生活的失败，你先生的焦虑一定远甚于你。

如果你确实不想用离婚解决这种困扰，那么柯老师的建议是，不要对你先生有任何的性要求，包括性暗示。在这方面不要有想法，也不要做任何努力，因为往往越沟通情况越糟糕。

在不少婚外情故事中，有的男人就因为曾经在妻子面前失败了而选择逃离，在情人那里反而得到了成功。

因为"性"活动本身是很奇妙的事情。

越怕失败才越可能失败，不怕失败反倒可能成功。

你要做的是，对目前的现状听之任之，与先生一起过正常的日子，就当没有这回事。要让先生相信你还很爱他，并不在意是否有那种"形而下"的"性生活"。特别是在对方没有性要求的时候，不做任何暗示，当然更不可有"强烈"的性要求和因得不到而导致的痛苦。

要尽可能做"小鸟依人"状，让男人在心理上逐渐强大起来。

经过一段恢复和养息，让他的心态逐渐放松，回归一个正常的男人心理，不再惧怕性生活--事情完全可能在一个彼此不经意的时候发生变化。

你们还年轻，应当会有和谐美好的未来。

柯老师

第37节：恋爱五年男友不想结婚怎么办？(1)

二十七 恋爱五年男友不想结婚怎么办？

现在中国的男女真正有点"不平等"了。

男的到了三十岁、三十多岁似乎价钱越来越好，不着急结婚。而女的一过二十五六岁就有了危机感，稍一拖延到了二十七八岁，就成不好嫁的"大龄女青年"了。

一对年轻男女相恋，男的越来越不急于结婚，而女的则越来越急。

女孩及女孩的父母都在问该怎么办？

恋爱五年的男友拒绝结婚

柯老师：您好！

看了您的很多关于对爱情婚姻的哲理，深受启发。今晚我又失眠，希望能在您这儿找到心灵的解药。

我与男友从相识至今已经五年了，两人都由硕士变成了博士，可最近男友却向我提出分手，我不知如何是好，心里很难受。

我们是读硕士二年级时认识的，因为学校同在一个城市相距很近，两人很快从相知到相恋。临近毕业时，男友因所学专业找工作机会不是很多，而我的工作机会相对多一些，他就此提出分手，我同意了。

毕业后我分到一个小城市，他很顺利地考上了相距不远的另一城市大学的博士。

这之后不久，他又来找我，毕竟还有感情，我们开始重续前缘。读书期间，每到假期，他会来看我。我在学校教书，工作虽然相对轻松一点，但考虑到他学业很重，在他读博三年中基本没有去过他的学校，平时一般每晚给他打半个小时电话。他的家庭状况不是很好，读博期间从不向家里要钱，所以生活比较俭朴，一件衣服可以穿六七年，吃饭也要盘算着怎么节约。我经常帮他买衣服、鞋帽等，以表对

他学业的支持。我知道他自尊心很强，在他面前从来不提钱的事。其间他的姐姐找工作不顺畅，我还安排她与我住了半年并帮她找到了工作。

我们相恋两年后，见了双方父母，父母都认同我们的选择。

考虑到以后的生活问题，我觉得必须读了博士才方便两人到一起，他也认可这观点并积极支持我，所以在相恋三年后我顺利地考上了博士。

这以后，我们开始有了一些争吵，主要原因是他始终不能明确我们结婚的事。眼看同学同事一个个结婚了，我的年龄也一天天大了，很着急，提议在他读博期间先领结婚证。他说在读博期间一无所有，一切要等毕业以后再说。

他说到时会给我想要的答案。

第38节：恋爱五年男友不想结婚怎么办？(2)

我理解他的苦衷，相信他的承诺。

谁知临近毕业，他找工作又很不顺利，原想留在他读书的研究单位，结果落空了，到我所在的城市找工作也没成功。我没给他任何压力，只让他安心写论文准备答辩。为了安慰他，我事先没告诉他就去了他的学校，第一次出现在他的室友面前。本想给他个意外的惊喜，可是，他却一个劲儿地埋怨我为什么事先不告诉他。然后急急地带我离开校园。找到住处后，我提议一起到外面走走，他不同意。晚上外出吃饭后走在街上，我拉他的手他颇为反感，说有失大雅。这时，女性的第六感提醒我，他可能在学校有了情况。而这，已是我等他的第五个年头了，我的年龄也从二十几等到奔三十了。

所以我非常气愤，当即大吵了一架，决意与他分手。

一个星期后，他多次发来短信，要求"南北对话，实现双赢"，我心软了，以为他是回心转意，于是约他来我的学校谈。没想到他来了，只是跟和我四处玩了几天，临走时间他对我们的关系是什么态度，他还是那句话"两人分居两地，一起生活不现实"。我非常恼火伤心，又大吵了一架，把他读博三年用过的东西丢了一地，他拾掇起东西头也不回地走了。

至此我们正式对外宣布分手。

他爸妈问他为什么，他说两人工作不在一起，而且我的工资收入比他的高，他觉得没面子。他还对我的同学说，等他混得比较好了，若我还是单身的话，他可能会来找我。

接下来的一个月里，我反思了很多，也仔细打听他是否移情别恋了，结果是没有。我想，如果一个男人因担心给不了一个女人幸福而要放弃的话，女人倒可以帮男人一把，毕竟现代社会仅靠男人，压力太大了。于是，我准备原谅他。再一次见面和好，他对我非常细心体贴，在一起彼此都很默契开心。十几天很快过去了，当我离开时，

我再次问他对我们的事情意见如何，他竟然还说两人性格不和，不可能与我结婚。可是，过后又像以前一样地关心体贴我，连买房的事情都要我帮他定夺，最后依据我的意见买了。

客观地说，我们俩除了在讨论两人以后是否到一起这个问题有争执外，其他都相处很默契的，所以决定还是与他好好谈。前不久我去他的工作地看他，由于改乘飞机比预约时间晚到了半天，他竟然与同事外出旅游了，而且手机关机，发短信也不回。我非常伤心，在他的单位整整等了五天他才回来。问他为什么这样对我，他说是为了叫我知难而退，还说让我死了这条心，一副油盐不进、为了与我分手可以不择手段的架势。

他坚决要与我分手，除了我与他工作在两地、想组成家庭很不现实以外，还说了一点，他早对我没有感觉，我不是他要找的类型。他想找一个二十多岁、能对他事业有帮助、有房有车、能受得了他那自命不凡性格的人。我问他，既然早对我没感觉了，为什么不早告诉我，为什么一再要我等到他毕业，今年毕业时还要我帮忙找关系进我所在工作地的单位？

第39节：恋爱五年男友不想结婚怎么办？(3)

他一方面说得这么绝，另一方面我要走时，还不忘给我买我爱吃的零食，送给我一把情侣梳。

此时我心里非常难受和复杂。为什么我痴痴等待的五年换来的竟是这样的结果？人除了跟着感觉走以外，责任、良心、感恩这些就不需要了吗？已是博士的人了，为什么还这么在乎金钱？根据您的"婚姻对等律"，我从家庭、经历等各方面的条件都是与他对等的呀。他说工作在两地不现实，这个问题是比较好解决的呀。尽管我的钱不多，但是我的年收入是他的两倍呀，我已经自己买房了。在事业方面，尽管我没有多大的社会背景，可我也是博士呀，对开拓他事业的社会关系还是很有帮助的呀。

真不知道是我不够优秀，还是因为他是一个心态不正常的人。

博士与博士的感情之路，何去何从，很困惑。

柯老师，我与他的情缘是不是已经结束了？我应该吸取哪些经验与教训？

困惑的女博士

放弃爱情沉没成本

困惑的女博士：你好！

我每天会收到许多来信，没有结婚的有没有结婚的困惑，结了婚的有结了婚的困惑。为情所伤，为爱所困，是许多人走不出的境遇。深陷感情牢笼的人，会觉得自己是天下最不幸的。

你从二十多岁爱上一个男人，用了整整五年的时间等待着走进婚姻，其间付出了许多努力，两人都从硕士而至博士，这在中国的婚恋对子中并不多见。以中国目前的现状，能够读完博士的年轻人在总的人口基数中就是极少数，像你们这样的双博士真的很不简单呢。

但不知你们所学的是什么专业，中国教育体制的一大弊病是教学与现实的严重脱节，不少学业优异的年轻人走上社会时会遭遇种种的

不适应，学数理化的人缺乏足够的社会知识与经验，即使是学文科出身，将在课堂上学到的知识化为行为的指导，也还要有一个相对漫长的"消化"过程。

你在信中讲到你和男友的关系，对于你的男友，我无从评价，但至少可看出你这个女博士在社会学方面还相当无知。相恋五年的男友说起别的皆可通融，就是不能提"结婚"二字，而你，偏偏一心一意地想着和他结婚，这就是一个无法调和的矛盾。

通常情况下，特别是一对一的咨询，我对婚恋中的问题不会给出"分"的答案，只是将双方的现状加以客观分析，让当事人自己判断应否"合"或应否"分"。

但这次我想破一个例，为你开出一剂"分"的解药。

首先，我提议你用第三者的眼光重读一读自己写的这封信，想像写信的人是其他女孩，她的男友五年来数度分分合合，先是以"两人分居两地，一起生活不现实"为借口，后来又说女方收入比自己高，觉得很没面子。当这些问题都不再成为问题时，男友又提出，想找一个二十多岁、有房有车、能受得了他那自命不凡性格的人。

第40节：恋爱五年男友不想结婚怎么办？(4)

这前前后后的种种提法不自相矛盾吗？一个收入比自己高的女友已经让他有了压力，"二十多岁、有房有车"的女孩反倒让他感觉更好吗？

倒是你信中的那句话很"真"。他说，早对你没有感觉，你不是他要找的类型。

告诉你，其他都是假的，唯有这句话是真的。

作为一个博士，你的男友也许真有其"自命不凡"的理由，但他能在你面前如此"自命不凡"，恐怕你要承担主要的责任，是你屡屡把他"惯"成了这样。

你可以在他一次次毫无道理的反悔中原谅他，即使他不愿意让同伴知道你的存在，即使一起上街他甚至不愿意和你拉一拉手，还说什么"有失大雅"。以现在的文明程度，情侣间拉一拉手和"大雅"有什么关系？只能说明他对这种关系的某种轻蔑。当你为了安慰他的失意

（先不说他是否需要安慰）大老远乘飞机去看望他时，他竟然与一群朋友外出游玩，明明知道你苦等在陌生环境里，连电话短信都不回一个。对一个心爱的女孩能如此冷酷吗？不仅如此，他归来后还继续冷言冷语，拒绝对婚姻的任何承诺。就这，都没有让你死心，仅仅几袋零食和一把小梳子，就又勾起你对"爱情"的无限遐想。

你不觉得自己太傻了吗？

当这段感情把你从二十五岁拖到了三十岁时，男友又说，他想找的是二十多岁的女孩。你尽管什么都可以不计较，能让时光倒流吗？你难道还看不出他的种种理由不过是一系列想要摆脱你的托辞，他从未把你当成婚姻的选择。这种关系，说得好听一点，是阶段性的感情寄托；说得难听一点，不过是对一个"缺心眼"的女孩的玩弄罢了。

现在许多年轻人相爱不一定走入婚姻，但如果你的爱情是以婚姻为目标，那么，我劝你及早放弃。

作为博士，你一定知道经济学中有一个概念，叫做"沉没成本"。

许多商人在投资一个项目时，刚开始肯定要有所投入，为了有所回报，这种投入不会是一次性的，有许多项目在组建过程中需要不断追加投资。就像你这些年对男友所做的那些事情一样。然而，倘若是正确的投资都会获得回报，即使不一定在短时间内获得。

然而，如果项目选错了，所有的投入就会成为"沉没成本"。

"沉没成本"是捞不回來的或者是捞回来更吃亏的成本。

这时，唯一正确的选择是放弃。

爱情也一样。有的虽然出现严重问题，但双方仍有基础，是可以打捞的成本。有的则纯属错误选项，所有成本都已沉没，一定要及时放弃。

为了维系和男友的关系，你在这五年中已经反复投入、追加了太多的成本，到现在这一步，明眼人一看便知，你不该再做任何打捞补救或追加投入。你的男友只愿和你保持朋友的关系，而这，并不是你想要的。那么，你先前的一切努力都已经化为沉没成本，为了自己的前途，你要尽快放弃，不要再做傻事了。

至于你应该吸取哪些经验教训，你若能看懂柯老师的这封信，反省清楚了两人关系的前前后后，在开始下一段感情时，不管感情多么热烈，也要用理性来判断这种关系，这就是你把握好未来婚姻幸福的一点收益。

柯老师

第41节：童年看到父母作爱的场面(1)

二十八 童年看到父母作爱的场面

半夜醒来看到父母做爱的场面，可能让敏感的女孩隐痛一生。

这种事为何有如此大的纠缠人的力量，并没有多少人明白。

女孩该如何走出这难以启齿的心灵困境呢？

无法逾越的心理障碍

柯老师：您好！

我已经是大学生了，但至今为止，感觉自己有一个很不正常的心理，使我非常苦恼。

事情是这样的：还在上小学的时候，已经开始记事了，那时我和父母睡在同一房间，一天晚上突然被一个声音吵醒，醒来后静静地细听，是父母间一些亲密的话语。听了一会儿，我就坐起来看父母怎么了，谁知看到了他们做爱的场面，当时爸爸很紧张地和妈妈分开睡了。

我那时小，不明白父母为什么会那样，渐渐地似乎忘记了这件事，但不知道从什么时候开始，脑海中突然浮现出当年的那个场面，而且非常反感。伴随着这个记忆，我从此对父母就没有了好印象。

上高中以后，有了一定的生理卫生知识，知道父母的这种行为很正常，但怎么也无法驱除那个夜晚带来的迷惑，爸爸在我眼里不再完美，这种想法持续了好久好久，随着年龄的增长，和爸爸的话越来越少，单独在一起时几乎就没有话说。

曾经以为时间长了会忘记，但现在反而天天想起，脑海里时常浮现出那个场面，也知道这是错误的想法，但脑子就是不听使唤。

好烦自己啊，也想让朋友帮我解开心中的疙瘩，但这样的事情终究很难开口，如果别人也有过同样的经历还好说，万一别人根本没有，我会更郁闷。您是不是觉得我很可笑？

我经常试着说服自己，不该抱怨他们，毕竟爸爸妈妈没有多少学问，他们怎么做我不应该干涉，但他们至少不应该让我看到啊，他们是不是太不注意我了？我想，别人的家长一定很小心，做这种事时尽可能不让小孩子看到，为什么父母做这些事情时不怕我会知道？想来想去，还是不能原谅他们让我看到这件事。

我在报上看过，美国的父母从小就让孩子明白这种事，知道爸爸妈妈在一起会有亲密行为，孩子的出生也和这种亲密行为有关。但孩子真的会理解吗？有必要让小孩子知道这样的事情吗？

怎么办啊？柯老师，只有求救您了。我都二十三岁了，什么都明白，但为什么这件事的影响这么大呢？我很刻意地想忘记这件事，也想对爸爸妈妈更好些，但那个夜晚看到的场面似乎成为了一个无法逾越的障碍。

第42节：童年看到父母作爱的场面(2)

急切等待着您的回信。

小瑚

不在意胜过努力忘记

小瑚：你好！

非常理解你的感受。在你成长的年代，中国的大多数家庭并不富裕，许多子女在童年甚至少年都不得和父母同居一室。你所遭遇的困扰并非特例，相当一些人都遭遇过。曾经有一个女孩告诉我，由于幼年曾看到过父亲的性行为，她不仅鄙视父母，而且成年后对于性也一直抱以不正常的心理，以为是很下作的事情。

这和传统文化有关。

一方面，中国是一个性文化相当发达的国家，只要看看中国占世界第一的人口，就知道性在中华民族繁衍中起了多么重要的作用。但另一方面，中国又是一个性禁忌很严厉的国家，在几千年的文化传统中，性不能登大雅之堂，性成为最私密甚至有些丑陋的东西。在这种文化的熏染下，父母不可能对孩子进行正确的性教育。

所谓"饮食男女"，说起吃东西，谁也不会有什么避讳，更不会觉得有什么羞耻，人们对于美食的津津乐道与欣赏从来是堂而皇之的。但性就大不同，仅仅在二三十年前，即使在文学作品中，爱情还属于"禁区"，更不要说"性"了。

虽然现在的社会较之过去已经相当开放，在大街上可以看到恋爱中的年轻人当众拥抱亲吻，但不管怎么说，性仍然是相当私密的事情。你在童年毫无精神准备地看到了父母作爱的场面，受到的震惊和对你心理的影响是可以理解的，没有什么不正常。

你不能原谅父母让你看到他们作爱的场面，但其实，以你父亲当时的反应来看，他们恐怕比你更为惶恐，这与他们是否有多高的文化无关。任何精神正常的父母大概都不愿意让子女看到这样的场面，但

你的父母当时一定以为童年的你已经睡熟，以为你一定不会看到和听到。父亲当时的反应也说明了这一点，否则他也不会在你坐起来时赶快与母亲分开了。你的童年父母无法提供给你单独的房间，这是家境使然。他们并没有忽略你，只是没有条件而已。你已经长大，应当理解父母当时的尴尬，他们已经很小心了，要宽谅他们。

你提到西方对子女的教育，我也的确看到过一些资料，即西方的父母往往不对孩子隐瞒他们之间的亲密关系，有的甚至还会主动告诉孩子怎样才会出生。我们在电影上也会看到，父母在孩子面前会拥抱，会亲吻，但更亲密的行为恐怕还是会避开子女，这是最基本的人伦。以美国家庭为例，孩子往往在很小时就有单独的房间，父母不会与孩子同床共眠或同居一室。这既是一种文化，也是一种物质生活水平的表现。如今的中国，许多城市家庭给孩子独立的房间，这样的格局中，孩子自然不可能看到父母作爱的场面。

你已经上了大学，二十三岁应该算成年人了，很多道理虽懂但仍然深受困扰，这是因为，理论上的明白和实际中的感受是不同的。比如每个人都知道自己的出生缘于父母的亲密行为，但通常人们不会去想像那样的场面，就像一般人不会去想像我们仰望的公众人物会有这样的行为。"想像"本身就是"不可想像"的。

那个夜晚你看到的场面之所以至今挥之不去，带给你深刻的刺激，还因为它带有某种视觉乱伦的意味。弗洛伊德对女孩与父亲的关系有过许多深刻而精彩的发现和论述，你不能接受自己看到的场面还有很复杂的心理原因，与人类的文化禁忌有很大关系，但这显然不是一封信所能完成的任务。

说了这么多，柯老师想告诉你，你的父母当时并非没有想到回避你，只是因居住条件有限没能很周严地做到这一点。你应该原谅他们。

再一个要告诉你的是，你用书信的方式把心中的郁闷向自己信任的长者倾吐出来，倾吐就是一种缓解压力的方式。在倾诉的过程中，

问题已经得到了某种程度的解决。心理学有一个规律，一个心结若总压抑在心中，其能量会越来越大。你说了，并且得到了柯老师的理解和宽慰，相信会得到某种解脱。

最后要说的是，那件事发生在你的童年，它已经过去了，就让它过去，不要太在意。即使有时还会想起来也无妨。对一件事太在意，太想忘记它，反而可能越发忘不了。那也正是你这么多年越来越忘不掉的原因之一。而你不在意了，它会慢慢淡化。

祝快乐！

柯老师